

**PENGEMBANGAN INSTRUMEN TES KEMAMPUAN GERAK DASAR
RENANG GAYA CRAWL SISWA KELAS IV SD**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM. 16604221042

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2020**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

PENGEMBANGAN INSTRUMEN TES KEMAMPUAN GERAK DASAR RENANG GAYA *CRAWL* SISWA KELAS IV SD

Disusun Oleh:

Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM. 16604221042

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian

Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 13 Maret 2020

Mengetahui,
Koord Program Studi PGSD Penjas



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



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

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM : 16604221042
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Judul TAS : Pengembangan Intrumen Tes Kemampuan Gerak Dasar
Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 13 Maret 2020
Yang Menyatakan,



Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM. 166042210422

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**PENGEMBANGAN INSTRUMEN TES KEMAMPUAN GERAK DASAR
RENANG GAYA CRAWL SISWA KELAS IV SD**

Disusun Oleh:
Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM. 16604221042

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program

Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 2 April 2020

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nur Sita Utami, M.Or. Ketua Penguji		09-09-2020
Hedi Ardiyanto H., S.Pd., M.Or. Sekretaris Penguji		06-09-2020
Dr. Subagyo, M.Pd. Penguji Utama		02-09-2020

Yogyakarta, 13 April 2020
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.
NIP. 19650301 199001 1 001@

MOTTO

Dirimu adalah Diri sendiri

Bentuk dan Jadikan Dirimu oleh Hati Nurani

Hal baik selalu menuntun kearah kebaikan, Nikmatilah dengan syukur

(Muhammad Nasikh Furqoni Adha)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya ini untuk:

1. Bapak dan Ibu tercinta, Bapak Harsoyo dan Ibu Washihatun Chumaidah yang selalu memberikan dukungan dan selalu menasehati anaknya dengan penuh kesabaran dan selalu memberikan doa restu, dengan karya kecil dan gelar sarjana ini kupersembahkan untuk bapak dan ibukku.
2. Adek-adek tersayang, Nafiqoh Inayati dan Nazula Mubarakah yang selalu memberikan semangat dan support untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi.

**PENGEMBANGAN INSTRUMEN TES KEMAMPUAN GERAK DASAR
RENANG GAYA CRAWL SISWA KELAS IV SD**

Oleh:

Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM. 16604221042

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan: (1) Untuk mengembangkan instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD. (2) Mengetahui validitas dan reliabilitas instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD. (3) Menciptakan item-item instrumen tes keterampilan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD yang valid. (4) Untuk mengetahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.

Metode penelitian menggunakan *research and development*. Subjek penelitian adalah 30 siswa kelas IV SD. Instrumen pengumpulan data berupa tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*. Validitas diketahui dengan validitas isi menggunakan formula Aiken's V dan reliabilitas instrumen diketahui dengan *test re-test* dengan korelasi koefisien *pearson product moment*.

Hasil penelitian berupa instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD yang valid. Hasil validitas isi diperoleh rata-rata 0,938, sedangkan hasil estimasi reliabilitas sebesar 0,858.

Kata kunci: *siswa kelas IV SD, instrumen, tes, gerak dasar renang gaya crawl*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Pengembangan Instrumen Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Nur Sita Utami, M.Or., Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi, yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Danang Pujo Broto, S.Pd.Jas., M.Or., selaku validator ahli tes dan pengukuran Tugas Akhir Skripsi yang telah menuntun dengan ikhlas dan memberikan saran/masukan sehingga penelitian Tugas Akhir Skripsi dapat terlaksana sesuai tujuan.
3. Bapak Hedi Ardiyanto Hermawan., S.Pd., M.Or. dan bapak Dr. Subagyo, M.Pd., yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi

6. Kepala Sekolah, Guru dan Siswa di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Semua teman-teman PGSD Penjas angkatan 2016 yang selalu memberikan semangat, serta motivasinya.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 13 Maret 2020
Yang Menyatakan,



Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM. 16604221042

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan pengembangan	9
F. Manfaat Pengembangan.....	10
G. Spesifikasi Produk.....	11
H. Pentingnya Pengembangan	12
I. Asumsi pengembangan	12
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	13
1. Hakikat Instrumen Tes	13
a. Pengertian Instrumen	13
b. Pengertian Tes.....	15
2. Kemampuan Gerak Dasar.....	18
a. Hakikat Kemampuan.....	18
b. Pengertian Gerak Dasar.....	21
3. Hakikat Renang	25
a. Pengertian Renang	25
b. Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i>	28
c. Tahapan Renang Gaya <i>Crawl</i>	30
4. Karakteristik Siswa SD.....	40
B. Kajian Penelitian yang Relevan	41
C. Kerangka Berpikir.....	42
D. Pertanyaan Penelitian.....	44

BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Model Pengembangan.....	45
B. Prosedur Pengembangan	45
C. Desain Uji Coba Produk.....	49
1. Desain Uji Coba	49
2. Subjek Coba	50
3. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	50
4. Teknik Analisis Data.....	52
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengembangan Produk Awal.....	54
B. Hasil Uji Coba Produk	68
C. Revisi Produk.....	76
D. Kajian Produk Akhir	82
E. Keterbatasan Penelitian	83
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan tentang Produk	84
B. Saran Pemanfaatan Produk.....	84
C. Diseminasi dan Pengembangan Produk Lebih Lanjut	85
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN	89

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Macam-Macam Variasi Gerakan Lengan Satu..	32
Gambar 2 Macam-Macam Variasi Gerakan Lengan Dua.....	32
Gambar 3 Macam-Macam Variasi Gerakan Lengan Tiga.	32
Gambar 4 Masuknya Ujung Jari Tangan Kanan Dari Bawah Permukaan Air.	33
Gambar 5 Bentuk Tarikan Elip	34
Gambar 6 Kerangka Berpikir	44
Gambar 7 Diagram Batang Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco.....	71
Gambar 8 Diagram Batang Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Putra Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco	73
Gambar 9 Diagram Batang Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Putri Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco.....	75

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Norma Penilaian	53
Tabel 2 Draf Awal Rubrik Tes.....	55
Tabel 3 Revisi Draf Awal	60
Tabel 4 Skor Validasi Ahli Materi.....	66
Tabel 5 Hasil Validasi Isi Aiken.....	67
Tabel 6 Formula Aiken	68
Tabel 7 Deskriptif Statistik Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta	70
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta	70
Tabel 9 Deskriptif Statistik Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Putra Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta	72
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Putra Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta.....	72
Tabel 11 Deskriptif Statistik Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Putri Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta.....	74
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i> Siswa Putri Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta.....	74
Tabel 13 Revisi Produk Rubrik Tes.....	77
Tabel 14 Lembar Penilaian Siswa Kelas IV Materi Renang Gaya <i>Crawl</i>	79

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Keterangan Pembimbing TAS	89
Lampiran 2 Surat Izin Uji Instrumen	90
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	91
Lampiran 4 Surat Keterangan Penelitian Pemda DIY	92
Lampiran 5 Surat Pengantar Validasi Ahli Materi Renang	93
Lampiran 6 Surat Pengantar Validasi Ahli Materi Tes & Pengukuran.....	94
Lampiran 7 Surat Keterangan Ahli Materi Renang	95
Lampiran 8 Surat Keterangan Ahli Materi Tes & Pengukuran.....	96
Lampiran 9 Lembar Evaluasi Ahli Materi	97
Lampiran 10 Surat Keterangan Uji Instrumen	103
Lampiran 11 Surat Keterangan Penelitian	104
Lampiran 12 Data Penelitian Tes Kemampuan Renang Gaya <i>Crawl</i>	105
Lampiran 13 Kompetensi Inti Dan Kompetensi Dasar Kelas IV	106
Lampiran 14. RPP Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i>	108
Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian.....	114

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kebutuhan pokok manusia dalam menjalani kehidupan di era globalisasi. Pendidikan juga berguna untuk mengembangkan potensi diri. Pendidikan merupakan bagian penting dari proses pembangunan nasional dan merupakan salah satu proses yang wajib diikuti dalam kehidupan setiap individu. Pendidikan memiliki fungsi serta peranan penting bagi pembentukan karakter bangsa dari suatu negara. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Belajar merupakan proses usaha sadar dalam diri menuju perubahan perilaku yang bersifat permanen dengan jangka waktu lama. Proses pembelajaran akan selalu dilalui setiap orang semasa hidupnya untuk dapat bertahan hidup dan menjalani kehidupan. Perubahan kearah yang lebih baik merupakan salah satu ciri terjadinya pembelajaran yang telah dilakukan. Proses pembelajaran pada satuan pendidikan diselenggarakan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi siswa untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta Psikologis siswa.

Satuan pendidikan di Indonesia dimulai dari taman kanak-kanak, sekolah dasar, menengah pertama, menengah atas bahkan sampai perguruan tinggi. Untuk jenjang ataupun satuan pendidikan tingkat sekolah terdapat

aktivitas pembelajaran yang berisi materi-materi pembelajaran. Setiap materi akan disampaikan kesiswa melalui fasilitator atau guru. Aktivitas pembelajaran di sekolah dasar salah satunya adalah pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani. Ruang lingkup materi pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar (SD) terdiri dari enam unsur utama, antara lain: Permainan dan Olahraga, Aktivitas Pengembangan, Uji diri/Senam, Aktivitas Ritmik, Akuatik (Aktivitas Air), dan Pendidikan Luar Kelas. Aktivitas akuatik adalah segala macam atau jenis aktivitas yang berhubungan dengan air. Materi akuatik tersebut berisi tentang aktivitas yang dilakukan di kolam renang. Dalam hal ini banyak aktivitas atau kegiatan yang dilakukan di air khususnya kegiatan olahraga. Adapun kegiatan atau aktivitas olahraga air yang populer adalah renang, polo air, renang indah dan dayung.

Dalam kurikulum 2013 mata pelajaran pendidikan jasmani, ruang lingkup atau materi akuatik tetap ada. Pembelajaran akuatik merupakan proses dan upaya yang dilakukan oleh pendidik untuk menyampaikan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan aktivitas di air dengan berbagai cara dan metode kepada siswa. Pembelajaran aktivitas air atau biasa disebut pembelajaran akuatik yang di dalamnya terdapat renang, sekarang ini menjadi tuntutan materi yang perlu disampaikan di dunia pendidikan tak terlepas pendidikan tingkat sekolah dasar. Pembelajaran akuatik jenjang sekolah dasar mulai diberikan pada kelas 1 mempraktikan berbagai bentuk permainan

pengenalan air, sampai dengan kelas 6 mempraktikkan keterampilan satu gaya renang dengan koordinasi yang baik dalam kecepatan tertentu.

Saat ini aktivitas air atau olahraga renang bisa ditemui dalam dunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani disetiap jenjang pendidikan. Pada setiap jenjang pendidikan tentunya terdapat perbedaan terkait dengan penyelenggaraan aktivitas akuatik. Ada beberapa sekolah atau jenjang pendidikan yang menyelenggarakan proses pembelajaran akuatik pada jam mata pelajaran tersebut atau kegiatan intrakurikuler namun ada juga yang menyelenggarakan pada jam luar pelajaran (ekstrakurikuler). Semua itu tergantung kemampuan dan ketersediaannya sarana prasana serta fasilitas pendukung yang ada pada masing-masing sekolah. Pembelajaran/ aktivitas akuatik yang tercantum pada kompetensi inti dan kompetensi dasar pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan SD/MI masih tergolong bintang tiga. Adapun yang dimaksud bintang tiga disini adalah pembelajaran aktifitas air boleh dilaksanakan sesuai dengan kondisi, jikalau tidak bisa dilaksanakan digantikan dengan aktifitas fisik lainnya yang terdapat dilingkup materi.

Aktivitas akuatik merupakan aktivitas yang membutuhkan sebuah kemampuan khusus untuk dapat menyesuaikan diri dan mempertahankan diri pada media air. Aktivitas akuatik/renang dapat dipergunakan sebagai wahana bermain untuk anak, menjaga kebugaran ataupun sebagai ajang untuk meraih prestasi, renang juga merupakan sarana untuk bergaul ataupun untuk bersantai.

Ketersediaan fasilitas penunjang akan sangat membantu keberlangsungan kegiatan pembelajaran adanya sarana dan prasarana yang memadai juga dapat mendukung jalannya kegiatan pembelajaran, sehingga siswa dapat maksimal dalam menjalani kegiatan tersebut. Rutinitas dan keberlanjutan dalam menjalani kegiatan pembelajaran akan lebih mendekatkan siswa mencapai tingkat kemampuan yang tinggi. Namun tercapainya tingkat kemampuan renang dalam proses pembelajaran tentunya didukung juga oleh kemampuan motorik yang dimiliki setiap siswa dalam menampilkan gerak dasar yang ada dalam olahraga renang.

Kemampuan motorik bersifat alami atau bawaan sehingga merupakan modal dasar siswa untuk belajar gerak dan mencapai tingkat terampil dalam olahraga renang. Oleh karena itu, faktor kemampuan motorik yang dimiliki siswa saat mengikuti pembelajaran renang perlu diperhatikan. Dengan demikian usaha yang diberikan melalui program pembelajaran yang memerlukan biaya, waktu, dan tenaga yang dicurahkan oleh guru pendidikan jasmani tidak sia-sia.

Program pembelajaran ataupun latihan yang berjenjang dan berkesinambungan merupakan faktor penting yang harus diperhatikan oleh guru olahraga. Hal tersebut nantinya akan berkaitan dengan tingkat kemampuan yang dimiliki masing-masing siswa. Dengan program pembelajaran yang berjenjang dan berkesinambungan akan membuat siswa

lebih terkontrol serta lebih mudah mengidentifikasi kemampuan dari setiap siswa.

Keberagaman dan perbedaan pada setiap individu dalam dunia ini tidak lagi dapat dipungkiri. Perbedaan individu terutama pada dunia pendidikan menjadi masalah yang perlu diketahui dan dihadapi bagi seorang pendidik atau guru. Dalam mengetahui perbedaan dari setiap individu tentunya membutuhkan sebuah alat ukur untuk mendiagnosis dan mengukur keadaan setiap idividu.

Proses pembelajaran yang baik tentunya diakhiri dengan evaluasi ataupun penilaian terhadap masing-masing siswa. Penilaian adalah proses pengumpulan dan pengolahan informasi untuk mengukur pencapaian hasil belajar siswa. Namun sebelum melakukan penilaian hendaknya paham terlebih dahulu terkait dengan standar penilaian pendidikan. Adapun standar penilaian pendidikan adalah kriteria mengenai lingkup, tujuan, manfaat, prinsip, mekanisme, prosedur, dan instrumen penilaian hasil belajar siswa yang digunakan sebagai dasar dalam penilaian hasil belajar siswa pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah. Dalam penilaian membutuhkan alat yang digunakan untuk memperoleh gambaran perkembangan perilaku anak antara lain portofolio, unjuk kerja, penugasan dan hasil karya. Dengan adanya penilaian akan mempermudah untuk mengidentifikasi kemampuan yang sudah dimiliki siswa. Pendidik juga dapat mengetahui seberapa jauh capaian kompetensi dari masing-masing siswa.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta pembelajaran akuatik sudah bisa berjalan, walaupun terkait sarana dan prasarana penunjang seperti halnya kolam masih belum memiliki. Namun SD Muhammadiyah Kleco mampu melakukan proses belajar mengajar pada materi akuatik atau aktifitas air. Pembelajaran dilaksanakan di kolam renang yang terletak kurang lebih 2,5 km dari area sekolah. Kolam renang yang dipakai berada di jalan Wonosari KM 6. Kolam renang ini merupakan kolam renang umum dan memerlukan biaya untuk penggunaannya. Proses pembelajaran akuatik di SD Muhammadiyah Kleco hanya berlangsung pada kelas 4. Pertemuan ataupun pembelajaran dilakukan satu bulan sekali, jadi dalam satu semester kurang lebih 3-5 pertemuan.

Proses pembelajaran akuatik berlangsung pada hari kamis mulai dari jam 13.00 – 15.00 WIB, biasa dilakukan pada minggu pertama atau minggu ketiga. Dalam menyelenggarakan proses pembelajaran akuatik pihak SD Muhammadiyah Kleco masih menggunakan dana swadaya dari setiap siswa. Dana swadaya tersebut yaitu untuk membayar administrasi kolam sebesar Rp 20.000 setiap pertemuan. Pada saat proses pembelajaran siswa mengikuti pembelajaran dengan senang, dan semangat dalam bergerak. Dalam proses pembelajaran guru membagi siswa menjadi dua kelompok yaitu kelompok dasar dan kelompok lanjut. Materi yang diajarkan pun mengacu pada kurikulum, kompetensi inti serta kompetensi dasar kelas IV yaitu mempraktikkan gerak dasar satu gaya renang. Adapun materi yang diajarkan

dalam pembelajaran di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta yaitu materi renang gaya *crawl*. Dampak positif dengan adanya pembagian kelompok terlihat ada beberapa siswa yang tampak sudah terlihat terampil dalam melakukan gerak dasar renang, akan tetapi terdapat juga siswa yang belum begitu menguasai gerak dasar renang dan terlihat masih kaku. Salah satu contohnya siswa masih susah dalam melakukan gerakan meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, cara pengambilan nafas serta koordinasi gerak.

Siswa pada saat meluncur, rata-rata posisi badan belum sepenuhnya sejajar pada permukaan air. Posisi tersebut akan membuat luncuran tidak stabil sehingga perenang kurang maksimal dalam melakukan luncuran kedepan. Hal itu akan menghambat siswa dalam berenang baik dengan gaya *crawl*, gaya dada, gaya punggung dan gaya kupu-kupu. Gerakan dalam pengambilan nafas juga masih terburu-buru terkesan dalam kondisi kepanikan terutama pada gaya *crawl* yang telah diajarkan pada siswa.

Dari hasil pengamatan tersebut unsur-unsur kemampuan yang dimiliki masing-masing siswa penting untuk diketahui oleh guru. Mengetahui kemampuan anak sedini mungkin akan sangat membantu dalam mewujudkan cita-cita anak dan mencapai tujuan dari kegiatan tersebut. Dari hal itu pendidik atau guru dapat memantau perkembangan serta mengetahui kemampuan siswa. Berdasarkan permasalahan yang telah dibahas di atas, mendorong peneliti untuk menggali bagaimana model instrument tes yang tepat untuk mengukur kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* sesuai dengan

karakteristik dari siswa kelas IV SD. Instrument yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran akuatik yaitu berupa rubrik berskala yang menganalisis gerakan perbagian sampai gerakan keseluruhan. Dengan adanya instrument ini diharapkan pendidik mampu mengevaluasi pendidikan yang telah dilakukan pada pembelajaran akuatik kelas IV materi gaya *crawl*, serta dapat mengetahui kemampuan yang dimiliki siswa pada materi gaya *crawl*.

Dengan demikian, penelitian memberi judul penelitian ini adalah “Pengembangan Instrument Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa kelas IV SD”.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Proses pembelajaran aktivitas air hanya berlangsung pada salah satu kelas yaitu kelas IV
2. Sekolah masih terkendala terkait sarana prasarana kolam renang, atau kolam masih berada diluar area sekolah dan merupakan tempat umum.
3. Pertemuan hanya dilakukan sebulan sekali.
4. Biaya yang dikeluarkan bukan dari pihak sekolah.
5. Belum diketahui tingkat kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV pada salah satu gaya sesuai dengan KI/KD.
6. Belum adanya instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV.

C. Pembatasan Masalah

Dalam dunia pendidikan permasalahan yang terkait dengan pembelajaran akuatik sangatlah kompleks. Oleh karena itu, agar pembahasan lebih terfokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan penulis, masalah dalam skripsi ini dibatasi belum adanya instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD. Penelitian dan pengembangan perlu dilakukan untuk menghasilkan instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* bagi siswa kelas IV SD yang sesuai dengan kurikulum dan karakteristik siswa SD.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah: Bagaimana pengembangan instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD?

E. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengembangkan instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.
2. Mengetahui validitas dan reliabilitas instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.
3. Menciptakan item-item instrumen tes keterampilan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD yang valid.
4. Untuk mengetahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.

F. Manfaat Pengembangan

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini antara lain adalah:

1. Secara Teoritis

Memberikan sumbangan ilmu pendidikan jasmani khususnya dalam penilaian dan pengukuran kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV.

2. Secara Praktis

a. Manfaat bagi peneliti

- 1) Sebagai bekal pengalaman dalam mengembangkan instrumen tes penjasorkes dalam pembelajaran akuatik.
- 2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan bekal dalam mempersiapkan diri dalam profesi keguruan, selain itu hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan landasan bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian yang sejenis.

b. Bagi Guru Penjasorkes

- 1) Sebagai pedoman guru penjasorkes untuk menilai dan mengukur kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV.
- 2) Sebagai bahan pertimbangan dalam menilai kemampuan gerak dasar renang pada pembelajaran akuatik.

c. Bagi Siswa

- 1) Memberikan gambaran bagi siswa kelas IV tentang tingkat kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*.
- 2) Hasil penelitian dapat menjadi acuan bagi siswa dalam meningkatkan kemampuan berenang.

d. Bagi Sekolah

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai salah satu upaya dalam mewujudkan peningkatan kualitas pendidikan di sekolah.
- 2) Dapat dijadikan motivasi guru untuk mengukur dan menilai kemampuan siswa dalam pembelajaran.

e. Bagi Lembaga (PGSD FIK)

- 1) Sebagai bahan informasi kepada mahasiswa tentang pengembangan instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV Sekolah Dasar.
- 2) Sebagai dokumentasi penelitian di lingkungan UNY.

G. Spesifikasi Produk

Produk yang dihasilkan melalui penelitian ini berupa instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* yang sesuai dengan kurikulum, KI dan KD serta karakteristik siswa kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta. Harapan kedepan dapat mengembangkan semua aspek yaitu dari aspek psikomotor, aspek kognitif, dan aspek afektif, serta dapat meningkatkan

derajat kesegaran jasmani. Produk yang dihasilkan dapat dijadikan referensi dalam dunia pendidikan.

Adapun manfaat produk ini diantara lain adalah sebagai berikut:

- 1) Menjadi suatu alternatif dalam penilaian saat proses pembelajaran.
- 2) Penilaian yang sesuai dengan kurikulum dan karakteristik siswa kelas IV SD
- 3) Menjadi instrumen tes kemampuan gerak dasar renang pada materi gaya *crawl*.

H. Pentingnya Pengembangan

Produk yang diharapkan akan dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini berupa instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* yang sesuai karakteristik siswa kelas IV sekolah dasar.

I. Asumsi Pengembangan

Dengan mengembangkan suatu instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* untuk pembelajaran renang siswa kelas IV maka proses pembelajaran akan lebih baik dan lengkap. Pembelajaran tanpa adanya penilaian atau evaluasi pada akhir semester ataupun akhir pertemuan bisa dibilang kurang sempurna. Sehingga dengan instrumen ini dapat memudahkan transfer nilai-nilai aspek kognitif, afektif, terutama pada ranah psikomotor. Selain itu juga diharapkan dengan instrumen yang dikembangkan akan membuat proses penilaian lebih baik dan maksimal, serta mampu mengetahui kualitas dari pembelajaran akuatik yang telah dilakukan.

BAB II

KAJIAN TEORI dan KERANGKA BERPIKIR

A. Landasan Teori

1. Hakikat Instrumen Tes

a) Pengertian Instrumen

Pengertian instrumen dalam kamus bahasa Indonesia adalah alat yang dipakai untuk mengerjakan sesuatu (seperti alat yang dipakai oleh pekerja teknik, alat-alat kedokteran, optik, dan kimia); perkakas sarana penelitian (seperangkat tes) untuk mengumpulkan data sebagai pengolahan; alat-alat musik; orang yang dipakai sebagai alat atau diperalat orang lain. Syafi'I dalam Wawan Suherman dkk (2018: 313), instrumen adalah suatu alat yang memenuhi persyaratan ilmiah agar dapat dipergunakan untuk mengukur suatu objek ukur atau mengumpulkan data mengenai suatu variabel.

Sukmadinata (2004: 47), Instrumen adalah suatu alat ukur yang memenuhi persyaratan akademis sebagai alat untuk mengukur suatu obyek ukur atau mengumpulkan data mengenai suatu variabel. Dalam dunia pendidikan tidak bisa terlepas dengan adanya instrumen. Adapun instrumen yang digunakan dalam dunia pendidikan adalah instrumen penilaian. Djemari Mardapi dalam Guntur (2014: 16) berpendapat bahwa penilaian atau asesmen merupakan komponen penting dalam penyelenggaraan pendidikan. Kualitas pendidikan yang baik dapat ditempuh dengan cara meningkatkan kualitas pembelajaran dan juga meningkatkan kualitas dari sistem penilaian.

Penilaian adalah proses pengumpulan data dan pengolahan informasi untuk mengukur pencapaian hasil belajar peserta didik. Ngatman (2017: 3) mengatakan semua prosedur yang bertujuan untuk menentukan kualitas atau mutu adalah termasuk evaluasi atau penilaian. Dalam melaksanakan evaluasi atau penilaian tentu pendidik sangat membutuhkan alat ukur untuk mendapatkan informasi dan sebagai pengumpul data yang di atas telah disebutkan dengan sebutan instrumen. Jadi instrumen penilaian dalam pendidikan adalah alat yang digunakan pendidik dalam mengumpulkan data dan informasi dari individu untuk menentukan predikat atau nilai Berdasarkan kriteria tertentu tentang individu tersebut.

Secara umum, ada dua jenis instrumen yang sering digunakan dalam penilaian ataupun evaluasi. Instrumen dibagi menjadi dua jenis yaitu instrumen tes dan non-tes. Instrumen tes digunakan untuk mengukur kompetensi seseorang sedangkan instrumen non-tes digunakan untuk mengukur kondisi atau kemampuan seseorang. Instrumen kelompok tes misalnya tes prestasi belajar, tes intelegensi, tes bakat, tes kemampuan dan keterampilan. Sedangkan instrumen kelompok non tes misalnya berupa pedoman wawancara, angket atau kuisisioner, pedoman observasi, daftar cocok (*check list*), dan skala penilaian. Dalam dunia pendidikan istilah tes, tidak lagi asing untuk didengar. Istilah tes tersebut memiliki makna tersendiri mempunyai keterhubungan dan bahkan memiliki kesamaan arti dengan istilah lain misalnya, pengukuran, penilaian bahkan sampai evaluasi. Sebelum

membahas lebih jauh tentang instrumen tes, di bawah ini akan dibahas mengenai apa itu tes.

b) Pengertian Tes

Secara harfiah tes, kata “tes” berasal dari bahasa Perancis Kuno: *testum* dengan arti: “piring untuk menyetrika logam-logam mulia” (maksudnya dengan menggunakan alat berupa piring itu dapat diperoleh jenis-jenis logam mulia yang nilainya sangat tinggi). Dalam bahasa Indonesia diterjemahkan dengan “tes”, “ujian” atau “percobaan”.

Test adalah prosedur yang dipergunakan dalam rangka pengukuran dan penilaian; *testing* berarti saat dilaksanakannya atau peristiwa berlangsungnya pengukuran dan penilaian. *Tester* adalah orang yang menyelenggarakan tes, atau pembuat tes, sedangkan *testee* adalah orang yang melakukan percobaan atau pihak yang dikenai tes (Anas Sudijono, 1996: 66).

Secara umum tes adalah alat pengumpul data. Karena itu tes berupa pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab dan pernyataan-pernyataan yang harus ditanggapi. Tes adalah suatu alat yang berisi serangkaian tugas yang harus dikerjakan atau soal-soal yang harus dijawab oleh peserta didik untuk mengukur suatu aspek perilaku tertentu (Zaenal Arifin, 2010: 2). Hal senada juga disampaikan Sridadi (2014: 3) bahwa tes adalah sekumpulan pertanyaan, pernyataan, atau tugas yang harus dijawab, dipilih, atau dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan dari suatu atribut yang dimiliki oleh orang atau sekelompok orang yang dikenai tes. Dalam dunia pendidikan

tentunya tes sering digunakan dalam rangkaian untuk mengetahui keterlaksanaan dari tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani atau olahraga sangat sering dikaitkan dengan adanya tes. Adapun contoh tes dalam pendidikan jasmani misalnya tes kecepatan lari 100 m, atau tes renang 50 m.

Tes merupakan suatu bentuk pertanyaan atau pengukuran yang digunakan untuk menilai pengetahuan dan kemampuan usaha fisik (Johnson & Nelson 1974). Hal senada juga diungkapkan Winarno (2016: 12) bahwa tes adalah instrumen atau alat yang digunakan untuk mengumpulkan data berupa pengetahuan maupun keterampilan seseorang dengan skala atau angka tertentu. Jadi dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tes bisa diartikan sebagai alat pengumpul berbagai macam informasi baik berupa pengetahuan atau keterampilan yang dimiliki individu (sekelompok individu) yang dikenai perlakuan. Tes dapat berupa pertanyaan, pernyataan dan tugas yang harus dilakukan dan diselesaikan, dipilih atau pun dijawab.

Di atas telah dibahas mengenai pengertian dari instrumen dan juga tes, sehingga dari beberapa pengertian, pernyataan dan juga pendapat dari ahli maka dapat disimpulkan bahwa instrumen tes adalah alat untuk mengukur kompetensi dan kondisi atau kemampuan seseorang sesuai dengan skala atau pun kriteria tertentu.

1) Tes Kemampuan

Penggolongan tes Berdasarkan aspek psikis yang ingin diungkap diantaranya adalah tes intelegensi, tes kemampuan, tes sikap, tes kepribadian,

dan tes hasil belajar. Salah satu yang akan peneliti bahas disini adalah tes kemampuan. Tes kemampuan atau *aptitude test* adalah tes yang dilaksanakan dengan tujuan untuk mengungkap kemampuan dasar atau bakat khusus yang dimiliki *testee* (Anas Sudijono, 1996: 73). Tes kemampuan juga sering disebut dengan tes bakat, karena tes kemampuan disini berupaya untuk mengungkap keberbakatan seseorang atau sekelompok orang dalam melakukan tugas.

Dalam dunia pendidikan seperti yang telah dibahas susah dipisahkan dengan adanya penilaian atau evaluasi. Dalam rangka menyempurnakan dan mengetahui tujuan dari setiap pendidikan yang telah dilakukan maka diperlukan adanya alat ukur berupa tes atau pun non tes. Kali ini peneliti akan membahas tentang alat ukur yang berupa tes. Dunia pendidikan terdapat berbagai macam mata pelajaran tak bisa lepas dengan penilaian atau pun evaluasi. Salah satu mata pelajaran yang erat kaitannya dengan penilaian atau evaluasi dengan cara atau teknik tes kemampuan adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK), baik tingkat sekolah dasar sampai sekolah menengah. Tes kemampuan disini termasuk dalam ranah psikomotor dan merupakan domain evaluasi yang penting bagi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).

Tes kemampuan pendidikan jasmani olahraga kesehatan mempunyai kriteria tertentu. Berikut kriteria bagi tes kemampuan PJOK (Ngatman, 2017: 18-34):

1. Tes harus mengukur kemampuan-kemampuan yang penting.
2. Tes harus menyerupai situasi bermain sesungguhnya.
3. Tes harus mendorong bentuk gerakan yang baik.
4. Tes harus dilakukan oleh hanya seorang saja.
5. Tes harus menarik dan mempunyai arti.
6. Tes harus cukup sukar.
7. Tes harus dapat membedakan tingkat kemampuan.
8. Tes harus dilengkapi dengan cara penskor yang teliti.
9. Tes harus mempunyai cukup jumlah percobaan/*trial*.
10. Tes harus sebagian dipertimbangkan dengan bukti-bukti statistik.

Tes yang baik setidaknya ada empat ciri atau karakteristik yang harus dimiliki, sehingga tes tersebut dapat dinyatakan sebagai tes yang baik. Yang pertama tes harus valid atau memiliki validitas, tes harus bersifat reliabel atau memiliki reliabilitas, tes harus bersifat obyektif dan yang terakhir tes bersifat praktis.

2. Kemampuan Gerak Dasar

a. Hakikat Kemampuan (kompetensi)

Di dalam bahasa Indonesia, kemampuan berasal dari kata “mampu” yang berarti kuasa (sanggup, bisa, melakukan sesuatu, dapat, mempunyai harta berlebihan). Sedangkan kemampuan berarti suatu kesanggupan, kecakapan, kekuatan (Tim Penyusun Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1989: 552-553). Kemampuan atau *ability* berarti kapasitas seorang individu untuk melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan (Stephen P. Robbins & Timonthy A. Judge, 2009: 5).

Stephen P. Robbins & Timonthy A. Judge (2009: 57-61) menyatakan bahwa kemampuan keseluruhan seorang individu pada dasarnya terdiri atas dua kelompok faktor, yaitu:

- 1) Kemampuan Intelektual (*Intellectual Ability*), merupakan kemampuan yang dibutuhkan untuk melakukan berbagai aktifitas mental (berfikir, menalar dan memecahkan masalah).
- 2) Kemampuan Fisik (*Physical Ability*), merupakan kemampuan melakukan tugas-tugas yang menuntut stamina, keterampilan, kekuatan, dan karakteristik serupa.

Kemampuan juga bisa disebut kompetensi. Kompetensi berasal dari *competent* yang berarti memiliki kemampuan atau keterampilan dalam bidangnya. Kompetensi atau keterampilan merupakan kemampuan terintegrasi ranah kognitif, afektif, psikomotorik, tetapi beberapa kompetensi sangat dominan pada domain psikomotor. Atas dasar ini kompetensi dapat berarti pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan yang dikuasai oleh seseorang yang telah menjadi bagian dari dirinya sehingga dapat melakukan perilaku-perilaku kognitif, afektif, dan psikomotorik dengan sebaik-baiknya.

Kunandar (2013: 225), ranah psikomotorik adalah ranah yang berkaitan dengan kemampuan bertindak setelah seseorang menerima pengalaman belajar tertentu. Psikomotor sangat berhubungan dengan hasil yang didapat sebelumnya, pencapaian hasil sebelumnya atau pengalaman yang didapat akan membuahkan hasil setelah melewati atau mencapai kompetensi pengetahuan dan kemudian akan tampak menjadi perilaku atau perbuatan. Hasil belajar kognitif dan afektif akan menjadi hasil belajar psikomotorik apabila siswa telah menunjukkan perilaku atau perbuatan tertentu sesuai

dengan makna yang terkandung dalam ranah kognitif dan afektif. Jadi dari pernyataan di atas ranah psikomotor berhubungan erat dengan kedua ranah sebelumnya yaitu ranah kognitif dan ranah afektif.

Schmidt (1991) kemampuan adalah ciri individu yang diwariskan yang relative abadi yang mendasari serta mendukung terbentuknya keterampilan. Kemampuan itu sendiri menunjukkan tingkat kecakapan seseorang dalam suatu tugas atau sekumpulan tugas tertentu. Kemampuan merupakan salah satu domain atau ranah pada bidang olahraga yang dianggap sangat penting karena penguasaan pada ranah kognitif, ranah fisik pada akhirnya akan sangat menentukan pada ranah kemampuan pada bidang olahraga. Olahraga yang menjadi bagian dari pendidikan nasional khususnya dalam pendidikan jasmani juga tidak terlepas dengan adanya pembelajaran motorik/gerak.

Berdasarkan pengertian dan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan adalah kesanggupan atau kecakapan seorang individu dalam melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan.

b. Pengertian Gerak Dasar

Manusia secara lahiriah sudah dibekali dengan kemampuan gerak untuk mendukung setiap aktivitas yang dilakukan. Selama tahun-tahun awal, anak-anak menghabiskan banyak waktu berinteraksi dengan lingkungan melalui aktifitas gerakan seperti bergerak pelan-pelan, merangkak, berjalan dan melompat. Masa ini penting bagi anak untuk dapat menguasai perkembangan kemampuan gerak dasar anak. Gerak dasar (*fundamental motor skill*) diupayakan pembelajarannya melalui pendidikan jasmani menurut Pangrazi dalam Syahrial Bakhtiar (2015: 4) adalah keterampilan yang membentuk dasar dari gerakan manusia. Dalam pendidikan jasmani erat kaitanya dengan ranah psikomotor yang menyangkut kemampuan gerakan refleks, gerakan dasar, gerakan persepsi, gerakan berkemampuan fisik, gerakan terampil, gerakan indah dan kreatif. Kunandar (2013: 256) berpendapat gerakan dasar merupakan gerakan terpola dan dapat ditebak.

Syahrial Bakhtiar (2015: 8) menyampaikan beberapa pendapat tentang gerak dasar:

“Gerak dasar merupakan kemampuan dasar yang sangat penting bagi pola gerak yang lebih kompleks. Gerak dasar merupakan kemampuan yang melibatkan otak besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar sebuah bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air, atau menjaga keseimbangan. Gerak dasar juga dikenal sebagai motorik kasar. Berebeda dengan gerakan motorik halus yang hanya melibatkan otot kecil pada tangan, seperti menulis.”

Gerak dasar merupakan pondasi untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai kemampuan teknik dalam berolahraga dan aktivitas fisik seumur hidup. Dengan demikian bisa disimpulkan, jika kompetensi gerak dasar anak tidak dikembangkan, mereka tidak berhasil menggunakan berbagai kemampuan olahraga atau permainan pada usia anak-anak dan remaja mereka. Dalam proses pembelajaran motorik/gerak seorang pembelajar diharapkan mampu menguasai kemampuan motorik, yaitu kecakapan seseorang untuk melakukan suatu tugas gerak secara maksimal sesuai dengan kemampuannya (Rahyubi 2012: 211).

Pembelajaran gerak erat kaitannya dengan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani saat ini dengan struktur dan kurikulum 2013 memiliki ciri-ciri tentang kemampuan teknik dasar beberapa cabang olahraga disetiap materi pembelajaran. Teknik dasar dalam olahraga yang terdapat pada pendidikan jasmani akan mudah dikuasai apabila siswa telah menguasai kemampuan gerak dasar. Kemampuan gerak merupakan salah satu kategori gerakan yang dalam melakukannya memerlukan koordinasi serta kontrol tubuh secara keseluruhan ataupun sebagian tubuh (Nur Rohmah Muktiani, 2014: 25). Tingkat koordinasi dan kontrol tubuh dalam melakukan gerakan cukup kompleks. Koordinasi dan kontrol tubuh yang baik akan meningkatkan kemampuan dalam melakukan gerakan. Kemampuan gerak dalam berolahraga adalah seberapa jauh seseorang mampu melakukan tugas gerak yang berkaitan dengan olahraga. Kemampuan gerak dalam berolahraga

biasanya juga akan memberi pengaruh kepada gerak dan sikap gerak sehari-hari. Kemampuan gerak didasari oleh dasar gerak yang baik. Artinya organ tubuh berfungsi dengan baik dalam melakukan gerak (Sukintaka, 1992:16).

Sebuah kesanggupan atau kecakapan untuk melaksanakan tugas-tugas gerak tertentu biasa disebut kemampuan gerak. Semakin baik penguasaan gerak yang dimiliki seseorang maka akan lebih mudah pula seseorang dalam melaksanakan tugas gerak. Kemampuan gerak adalah keadaan segera dari seseorang untuk menampilkan berbagai variasi keterampilan gerak, khususnya dalam kegiatan olahraga (Singer: 1980). Penguasaan gerak yang baik akan membuat pelaksanaan gerak lebih mudah dan efisien. Setiap melaksanakan tuntutan tugas gerak atau aktivitas yang memiliki tujuan untuk dicapai, tentunya akan melibatkan otot-otot agar menghasilkan gerak dan menghasilkan berbagai perilaku manusia. Dengan kata lain efisiensi pelaksanaan diperlukan untuk melakukan gerakan kemampuan. Efisiensi pelaksanaan dapat dicapai apabila secara keseluruhan mekanisme gerakan yang dilakukan dengan benar. Untuk mencapai efisiensi gerak diperlukan beberapa unsur kemampuan; baik unsur kemampuan fisik, unsur kemampuan mental, dan unsur kemampuan emosional (Rahyubi, 2012: 212).

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 20), kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa anak lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Clark (dalam Bakhtiar, 1994: 8) melihat kemampuan gerak dasar sebagai “pola pokok koordinasi yang kemudian

mendasari kemahiran gerakan”. Kemampuan gerak dasar adalah sebuah kebutuhan karena diharapkan dengan banyak bergerak dapat membantu merangsang pertumbuhan dan perkembangan terkhusus pada anak usia dini sampai-remaja akhir. Menurut Gallahue (dalam Bakhtiar 2010: 9), kemampuan gerak dasar dikelompokkan atas tiga bagian, yaitu (1) kemampuan lokomotor, (2) kemampuan keseimbangan serta (3) kemampuan manipulatif. Adapun contoh dari tiga kemampuan tersebut adalah:

1. Kemampuan Locomotor: berjalan (*walking*), mencongklang atau lari kuda (*galloping*), loncat tali (*skipping*), lompat dengan injakan (*step-hopping*), meluncur (*sliding*), berlari (*running*), mengelak (*dadging*), meloncat-loncat (*hopping*), lari diiringi dengan melompat (*leaping*), lompat tinggi tegak (*standing high jump*), lompat tinggi jarak jauh (*standing long jump*).
2. Kemampuan Keseimbangan: bergulir lurus ke samping (*straight sideward rolling*), bergulir ke samping (*sideward rolling*), bergulir ke depan (*forward rolling*), bergulir ke belakang (*backward rolling*), memutar (*twisting*), peregangan (*stretching*), gerakan meliuk (*curling*), melompat dan mendarat (*jumping and leanding*), keseimbangan (*balancing*), kemampuan merubah arah (*snap stop/direction changing*).
3. Kemampuan Manipulatif: lemparan bawah (*under-arm throwing*), lemparan atas (*over-arm throwing*), lemparan samping (*side-arm throwing*), menangkap (*catching*), menggelindingkan (*under-arm rolling*), memantulkan (*bouncing*), menangkap dan menggulirkan bola (*catching and rolling ball*), meng-over dan menangkap (*passing and cathcing*), memukul (*striking*), menembak (*shooting*), menendang bola yang di lambungkan (*punting*), menendang (*kicking*), menggiring bola (*dribling*), menjebak (*trapping*).

Dengan demikian berdasarkan pernyataan dan pembahasan di atas kemampuan gerak dasar adalah kesanggupan serata kecakapan, usaha seseorang dalam mencapai dan melakukan tuntunan tugas gerak secara efisien dan benar, sesuai dengan mekanisme gerakan yang di dalamnya melibatkan

kontrol tubuh dan koordinasi. Semakin kompleks tuntutan tugas gerak yang bisa dilakukan maka akan semakin kompleks juga kemampuan gerak yang dimiliki.

3. Hakikat Renang

a. Pengertian Renang

Berenang tidak dapat dipisahkan dengan adanya lingkungan air. Solihin dan Sriningsih (2016: 28) renang merupakan bagian dari olahraga air yang mengharuskan atletnya untuk melakukan gerakan yang efektif dan efisien, hal tersebut dikarenakan dalam cabang olahraga ini menuntut kecepatan yang maksimal untuk menghasilkan catatan waktu terbaik hingga finish sama halnya cabang olahraga atletik nomor lari. Hal senada juga diungkapkan oleh David G. Thomas, (2006: 1) bahwa renang merupakan olahraga yang melombakan kecepatan atlet renang dalam berenang. Renang akan memberikan kesenangan, relaksasi, tantangan persaingan dan kemampuan menyelamatkan jiwa dalam keadaan darurat di dalam air. Jarang terjadi kecelakaan dalam aktivitas renang, tapi renang sangat berbahaya apabila dilakukan pada orang yang belum menguasai.

Renang merupakan aktivitas olahraga yang melibatkan seluruh bagian tubuh untuk tetap bergerak dan berat badan ditahan oleh air sehingga sangat cocok untuk menjaga kesegaran dan kebugaran tubuh. Pada kehidupan manusia tentunya banyak gangguan-gangguan yang dimiliki mulai dari anak-anak sampai orang dewasa dengan berenang dapat mengurangi bahkan

menghilangkan gangguan-gangguan tersebut. Adapun beberapa manfaatnya mulai dari untuk perkembangan dan pertumbuhan anak, keselarasan antar perkembangan kecerdasan dan kemampuan otak, serta untuk terapi tubuh manusia, sehingga dengan berenang sangat efektif untuk meningkatkan derajat kehidupan manusia.

Adapun lima manfaat renang menurut Bhirawanto (dalam Solihin dan Sriningsih 2013: 5) diantaranya adalah:

1. Meningkatkan kemampuan otak
2. Membantu menunda proses penuaan
3. Mengurangi stress
4. Menaikkan daya tahan tubuh
5. Meningkatkan kepercayaan diri

Renang merupakan salah satu olahraga air yang membutuhkan kemampuan kompleks, memerlukan banyak unsur pengetahuan dan kemampuan dasar untuk dapat menguasai dengan cepat. Renang juga menuntut kinerja otot yang kompleks, karena dalam berenang hampir seluruh komponen tubuh bergerak. Dalam belajar berenang keberanian, kemampuan merasakan dan mempunyai daya tangkap Berdasarkan pengalaman yang telah dimiliki akan sangat membantu dalam usaha untuk menguasai kemampuan renang.

Kemampuan merasakan ini berhubungan dengan keseimbangan tubuh dalam air, merasakan gerakan, ataupun merasakan air. Mempertahankan keseimbangan tubuh bukanlah hal yang mudah, di dalam media air akan lebih sulit berbeda dengan saat berada di daratan. Gaya gravitasi, hambatan, sifat air dan tekanan air mempunyai pengaruh besar terhadap kondisi tubuh.

Memerlukan kemampuan khusus untuk mampu menyeimbangkan kondisi tubuh dalam media air. Berlatih renang secara sistematis dan melalui pengulangan-pengulangan yang konstan serta dilakukan secara terus-menerus (*continue*) membuat organisasi-organisasi mekanisme gerakan perenang menjadi bertambah baik, gerakan-gerakan yang semula sukar dilakukan lama-kelamaan menjadi gerakan yang otomatis dan reflektif. Media air yang menjadi media utama dalam berlatih berenang memerlukan pemahaman dan perhatian sebelum belajar berenang. Air memiliki ketahanan dan kepadatan yang menimbulkan tekanan *multidimensional* yang artinya seseorang yang melakukan gerak didalam air akan merasakan tahanan air dari setiap arah (Solihin dan Sriningsih 2016: 31-32).

Dari uraian beberapa tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa renang adalah aktivitas yang dilakukan dengan media air dengan prinsip mampu mengatasi tahanan dan hambatan-hambatan lain saat berada dalam lingkungan air. Apabila renang dilakukan dengan rutin dan berkelanjutan seseorang akan mendapatkan berbagai manfaat dari aktivitas yang dilakukan di lingkungan air tersebut. Para perenang mengelompokkan gaya-gaya renang sesuai dengan kombinasi gerakan tangan dan kaki dilakukan saat berenang. Adapun gaya-gaya tersebut adalah gaya miring, gaya bebas, gaya punggung, gaya dada dan gaya kupu-kupu.

b. Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl*

Renang merupakan olahraga unik yang sulit tetapi menyenangkan dan banyak digemari, karena olahraga ini bermedia air berbeda dengan olahraga pada umumnya. Gerakan dalam olahraga ini pun sangat kompleks, ada tahapan-tahapan yang harus dilewati dan dilatih. Adapun tahapan yang harus dilatih dan dikembangkan ialah menggerakkan kaki dengan baik, gerakan tangan, pengambilan nafas hingga koordinasi dari ketiga gerakan tersebut yang telah disebutkan diatas. Bila tahapan tersebut telah dilewati maka seluruh gerakan tersebut akan menjadi sebuah rangkaian gerak yang disebut dengan gaya (Solihin dan Sriningsih 2016: 29). Sebelum belajar renang hendaknya mengenal dan mengetahui terlebih dahulu gaya dalam renang pada umumnya. Dengan mengenal berbagai macam gaya dalam renang akan lebih mudah untuk melakukan tahap belajar selanjutnya.

Adapun beberapa gaya menurut David Haller (2007: 16) yang digunakan dalam renang pada umumnya adalah:

- a. Gaya *Crawl*
- b. Gaya Kupu-kupu
- c. Gaya Punggung
- d. Gaya Dada.

Keempat gaya ini merupakan gaya dari renang yang dipertandingkan dalam kejuaraan renang. Apabila telah mengenal tentang gaya dalam renang, maka selanjutnya adalah mulai belajar dan memahami dengan mengenal air, dan kemudian berlatih untuk melancarkan sikap-sikap dasar yang dilakukan secara matang karena tahap ini merupakan dasar dari memulai belajar gerak

renang. David Haller (2007: 16-36), gerak dasar renang meliputi melakukan gerakan meluncur, melakukan gerakan kaki, melakukan gerakan tangan, melakukan ambil nafas dengan putar tangan, melakukan gerak koordinasi gerakan dasar renang. Setiap gaya renang yang mau dipelajari sebaiknya mengenal dan mempelajari terlebih dahulu dasar-dasar renang. Gerak dasar dalam setiap gaya renang hampir tidak ada perbedaan yang signifikan terkait dengan prinsip gerak dasar yang dilakukan dalam berenang. Namun dalam penelitian ini peneliti akan membahas tentang renang gaya *crawl* atau gaya bebas.

Renang gaya *crawl* salah satu gaya renang yang menjadi dasar dari gaya-gaya renang yang lain seperti gaya dada, gaya kupu-kupu dan gaya punggung. Semua gerakan renang ini pada dasarnya mirip dan berkaitan hanya saja posisi badan yang sedikit berbeda. Gaya *crawl* adalah berenang dengan posisi badan menelungkup, lengan kanan dan kiri digerakkan secara bergantian melewati bagian kepala, mendayung dari depan ke arah belakang. Gerakan tungkai naik turun bergantian dengan gerak mencambuk. Gerakan tersebut dilakukan guna mendorong tubuh ke arah depan dan mempertahankan posisi tubuh untuk tetap berada di permukaan air. Renang gaya *crawl* merupakan cara berenang yang paling alamiah, dimana lengan digerakkan bergantian untuk mendayung, sedang tungkai digerakkan keatas dan kebawah bergantian seperti layaknya orang yang sedang berjalan (FX. Sugiyanto, 1987: 6). Gaya *crawl* merupakan gaya yang memiliki waktu

tempuh lebih cepat dari gaya-gaya renang yang lain. Renang gaya ini menggunakan gerakan ayunan lengan yang keluar dari dalam air dan kemudian bergerak melewati atas permukaan air ke arah depan.

Penguasaan teknik serta gerak dasar dalam berenang gaya *crawl* tentunya akan mempengaruhi kemampuan dalam berenang terutama gaya *crawl* itu sendiri. Teknik renang gaya *crawl* meliputi beberapa unsur gerakan yaitu: posisi badan, gerakan lengan, gerakan tungkai, dan gerakan pengambilan nafas dan gerakan koordinasi (FX. Sugiyanto, 1986: 7).

c. Tahapan Renang Gaya *Crawl*

Tahapan renang gaya *crawl* dipaparkan FX. Sugiyanto dalam Noviantoro Sholikhin (2015: 17-23), adalah sebagai berikut:

1) Posisi badan

Posisi badan atau posisi tubuh, seperti halnya dalam semua gaya, badan harus *streamline* sejajar atau sedatar mungkin dengan permukaan air dan masih memungkinkan lengan dan tungkai melakukan fungsinya menimbulkan dorongan. Pandangan mata saat berenang gaya ini menghadap kedepan, sedikit kebawah dan membelah permukaan air (Rahima dkk 2013: 4). Posisi badan yang salah akan menimbulkan hambatan dan mengurangi kecepatan laju dari perenang.

2) Gerakan tungkai

Berenang dengan gaya *crawl* tidak bisa lepas dengan gerakan tungkai. Gerakan tungkai berfungsi sebagai alat keseimbangan. Gerakan tungkai

dilakukan dengan menggerakkan kedua tungkai ke atas (*upheat*) dan kebawah (*downheat*) bergantian diakhiri lecutan kaki dengan kedalaman 30-35 cm (kaki tepat di bawah garis tubuh) dan lutut mencapai kedalaman 20-25 cm. Untuk mempertahankan momentum gerakan tungkai tendangan ke bawah dimulai sebelum kaki berhenti dari pukulan ke atas yaitu ketika tumit mendekati permukaan air. Sementara itu tungkai yang bawah menekuk lutut dan terus naik dengan membentuk sudut 30°-40°. Ada dua irama tendangan tungkai yaitu dua tendangan dan enam tendangan (Tri Tunggal Setiawan, 2004: 13).

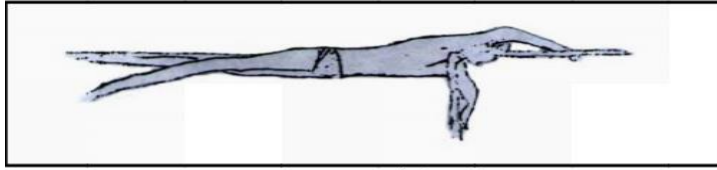
3) Gerakan lengan

Gerakan lengan merupakan salah satu komponen yang penting dalam melakukan renang gaya *crawl*. Gerakan maju perenang dengan gaya *crawl*, lebih banyak ditentukan oleh pukulan dan dorongan dari gerakan lengan dari pada pukulan kaki. Oleh sebab itu kegagalan melakukan teknik gerakan renang, akan mempengaruhi terhadap laju ke depan seorang perenang. Ada beberapa fase dalam melakukan gerak lengan. Fase-fase gerakan lengan tersebut meliputi:

a) Variasi gerakan lengan

Ada 3 macam gerakan lengan gaya *crawl*, yaitu:

- 1) Ketepatan gerakan lengan tipe “sudut siku-siku”. Gerakan renang seperti ini yang paling umum digunakan, yaitu ketika salah satu lengan masuk, lengan yang lain sedang mulai setengah jalan.



Gambar 1: Macam-macam variasi gerakan lengan satu.
(Sumber: FX. Sugiyanto, 1987:7)

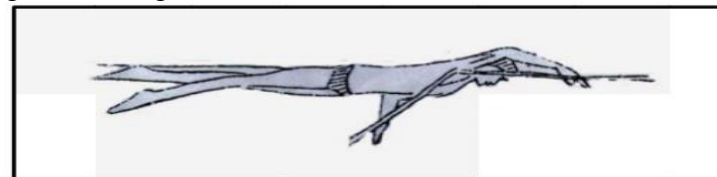
- 2) Ketepatan gerakan dengan lengan mencapai posisi sudut yang benar.



Gambar 2: Macam-macam variasi gerakan lengan dua.
(Sumber: FX. Sugiyanto, 1987:8)

Gerakan dengan tipe ini banyak digunakan oleh perenang-perenang biasanya dengan sikap mengapung alamiah, gerakan tungkai kuat, dan posisi badan atau tubuh yang datar serata air sehingga perenang lebih mudah untuk meluncur kedepan.

- 3) Ketepatan dengan gerakan dengan satu lengan masuk, lengan yang berlawanan, telah melewati titik tengah tarikan. Gerakan di atas cocok dengan perenang yang menggunakan pernapasan timbal balik dan dua pukulan gerakan tungkai, kadang disertai juga dengan kecepatan tinggi dari pergantian gerakan lengan.



Gambar 3: Macam-macam variasi gerakan lengan tiga.
(Sumber: FX. Sugiyanto, 1987:8)

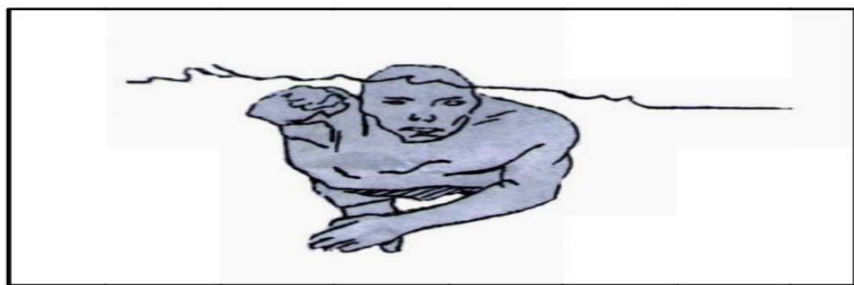
b) Fase menarik

- 1) Masuknya tangan dalam air.

Tangan masuk dalam air dengan segera setelah siku mendekati kepala, dan sebelum siku dijulurkan sepenuhnya. Jari-jari masuk terlebih dahulu kedalam air tepat disebelah kepala perenang.

2) Masuknya ujung jari tangan .

Tangan diruncingkan sehingga telapak tangan menghadap ke arah luar *diagonal*, pada waktu masuk ke dalam air telapak tangan kira-kira membentuk sudut 45° menghadap ke permukaan dengan ibu jari tangan masuk pertama, tangan dapat masuk di bawah permukaan air tanpa banyak tahanan udara.



Gambar 4: Masuknya Ujung Jari Tangan Kanan Dari Bawah Permukaan Air. (Sumber: FX. Sugiyanto, 1987:10)

3) Tarikan di bawah air.

Proses tarikan perlu menghilangkan konsep umum yang salah, bahwa tangan dan lengan akan menarik dalam garis lurus disebelah bawah badan. Banyak perenang mempergunakan variasi dari pola ini yang boleh dianggap satu pola bentuk S (es). Keluasan gerakan dari fase ini juga sedikit berubah-ubah dari perenang satu ke perenang yang lain, kemungkinan disebabkan variasi dalam kekuatan, kelentukan, dan faktor-faktor lain yang belum diketahui.



Gambar 5: Bentuk Tarikan Elip (Sumber: FX. Sugiyanto, 1987:10)

4) Permulaan tarikan lengan.

Ketika satu tangan dan lengan telah berada di bawah permukaan air, telapak tangan di putar dari posisi diagonal dengan putaran lengan ke bawah, terjadinya gerakan ini antara tulang radius dan tulang ulna. Kedudukan telapak tangan dalam posisi yang menguntungkan untuk mendorong air ke belakang pada waktu flexi pergelangan tangan, sudut yang terbaik jika pergelangan tangan tetap satu garis lurus dengan lengan bawah.

5) Lamanya tarikan siku bengkok.

Ketika lengan ke belakang, dalam membengkokan siku sampai mencapai bengkok maksimum dimana tangan tetap di bawah badan dan lengan atas pada sudut 90° dengan badan.

c) Fase mendorong.

Fase mendorong dimulai ketika tangan di bawah badan dan lengan atas pada sudut 90° dengan badan. Selanjutnya dari titik ini ke belakang tangan didorongkan dengan perluasan siku sampai dorongan berakhir di mana siku hampir mencapai perluasan seluruhnya.

d) Fase istirahat

Dalam fase istirahat (*recovery phase*) yang perlu diperhatikan bahwa istirahat lengan dimulai ketika tangan dan lengan bawah masih dalam air. Masih banyak yang percaya bahwa tangan didorongkan ke belakang pada waktu seluruh tangan di bawah air. Irama gerakan *recovery* haruslah sama dengan irama gerakan dalam fase menarik dan fase mendorong, yaitu setelah lengan lurus ke belakang dengan jalan mengatur siku keluar dari air, diikuti lengan ke bawah dan jari-jari secara rileks digeser dari belakang ke muka dekat diluar permukaan air dan dekat dengan badan. Setelah siku mendekati kepala, jari-jari dimasukkan kedalam air disebelah muka dari kepala. Siku harus bisa melalui lubang yang dimasuki oleh jari-jari tangan.

4) Pernafasan

Gerakan pengambilan nafas dilakukan dengan memutar kepala pada satu arah sisi badan (kanan atau kiri) dengan sebagian wajah tetap di bawah air dan dikoordinasikan dengan perputaran tubuh. Waktu yang paling tepat memutar kepala untuk mengambil nafas adalah saat lengan

yang sebidang melakukan setengah pertama *recovery*. Ini karena sapuan bawah lengan tersebut menyebabkan badan bergulung ke arah pengambilan nafas. Apabila mengambil nafas ke kiri, kepala diputar ke kiri ketika lengan kiri mengayun ke atas dan sebaliknya, memutar badan ke kanan ketika lengan mengayun ke atas (Tri Tunggal Setiawan, 2004: 14).

5) Koordinasi gerakan.

Sridadi (2014: 4) koordinasi adalah kemampuan organ tubuh atau sekelompok otot yang dapat menciptakan gerakan yang selaras, serasi dan kompleks menjadi gerak yang utuh dan dinamis. Adapun dalam renang koordinasi yang baik adalah kemampuan mengkombinasikan gerakan tungkai, gerakan lengan, dan gerakan pernafasan dalam satu siklus gerak.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah diutarakan di atas dapat disimpulkan bahwa perenang gaya *crawl* melakukan gerakan renang dengan posisi badan atau tubuh *streamline*, dengan mengayunkan kedua tungkai secara bergantian seperti layaknya orang sedang berjalan, secara terkoordinasi gunakan tangan sebagai alat pendorong atau pendayung untuk membawa dan mendorong badan kedepan kemudian disaat pengambilan nafas putar kepala pada satu arah sisi badan (kiri atau kanan) dengan sebagian wajah membelah permukaan air (tetap di dalam air). Adapun beberapa tahapan yang dilalui saat

melakukan renang gaya *crawl*, meliputi: posisi badan, gerakan lengan, gerakan tungkai, dan gerakan saat mengambil nafas serta koordinasi gerakan.

Noviantoro Sholikhin (2015:31) Kemampuan renang gaya *crawl* bisa dilihat dari tiga aspek, yaitu jarak tempuh, kemampuan dalam gerakan-gerakan renang, dan kecepatan waktu yang ditempuh.

a) Jarak Tempuh.

Pengertian jarak sesuai Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008) adalah ruang sela (panjang atau jauh) antara dua benda. Jarak adalah ukuran jauh dekatnya antar tempat satu dengan tempat yang lain. Adapun jarak tempuh adalah ukuran seberapa jauh seseorang dalam menempuh ruang sela. Jarak tempuh atau nomor perlombaan renang gaya *crawl* yaitu 50, 100, 200, 400, 800, dan 1500 meter (Tri Tunggal Setiawan, 2009: 38).

b) Kemampuan Melakukan Gerakan Renang.

Gerakan dalam olahraga renang tergolong sangat kompleks, dikarenakan ada beberapa tahapan yang harus dilewati dan dilatih. Menggerakkan tungkai, lengan, mengambil nafas serta koordinasi dari gerakan tersebut merupakan tahapan yang harus dilakukan dalam berenang. David Haller (2007: 16-36), gerak dasar renang meliputi melakukan gerakan meluncur, melakukan gerakan kaki, melakukan gerakan tangan, melakukan ambil nafas dengan putar tangan, melakukan gerak koordinasi gerakan dasar renang. Bila tahapan tersebut telah

dilewati ataupun mampu melakukan seluruh rangkaian gerakan tersebut maka terbentuklah satu gaya renang (Sholihin dan Sriningsih, 2016:29).

Dalam berenang terutama gaya *crawl* atau gaya bebas keempat komponen tersebut berkaitan dan saling mempengaruhi. Walaupun dalam renang gaya *crawl* atau gaya bebas tidak terikat dengan teknik-teknik dasar tertentu, namun apabila salah satu komponen gerak (posisi tubuh) salah,serta komponen yang lain tidak bagus akan berpengaruh pada laju gerak. Sehingga dari ulasan diatas kemampuan dalam melakukan gerakan perlu mendapat perhatian dan penilaian untuk membantu perenang lebih maksimal dalam berenang.

c) Kecepatan Atau Waktu Tempuh

Dalam perlombaan renang selain berkaitan dengan jarak juga terkait dengan kecepatan atau waktu tempuh. Perlombaan renang mempunyai kesamaan dengan perlombaan lari, kedua perlombaan ini ukuran prestasinya adalah waktu. Hal senada juga dipaparkan David G. Thomas, (2001: 1) bahwa renang merupakan olahraga yang melombakan kecepatan atlet renang dalam berenang. Tri Tunggal Setiawan (2009: 37) Kecepatan renang merupakan hasil kombinasi dari SR dan SL. SR adalah kecepatan gaya atau jumlah frekuensi kayuhan lengan, sedangkan SL adalah panjang kayuhan lengan.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan apabila seorang perenang mampu melakukan gerakan renang dengan baik maka untuk menempuh jarak yang ditentukan akan lebih mudah dan memiliki waktu tempuh yang lebih

cepat dibandingkan dengan perenang yang kurang menguasai komponen atau tahapan gerakan berenang.

Pengukuran kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* atau gaya bebas (ranah psikomotorik) dalam dunia pembelajaran khususnya anak sekolah dasar belum ada patokan jarak yang dapat digunakan. Adapun jarak yang digunakan dalam perlombaan renang gaya *crawl* atau gaya bebas adalah 50, 100, 200, 400, 800 dan 1500 meter. Sedangkan untuk dunia pembelajaran belum ada ukuran jarak yang perlu ditempuh. Peneliti disini menggunakan jarak 10 meter untuk mengamati serta menilai kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* dengan pertimbangan sebagai berikut:

1) Meluncur atau posisi tubuh.

Indikator keberhasilan meluncur menurut E. Suryatna dan Adang Suherman (2001: 68) apabila siswa mampu melakukan luncuran sejauh kurang lebih enam meter, maka siswa sudah dianggap mampu menguasai gerak meluncur telungkup dengan baik dan siap belajar pada tahap berikutnya. Dari pendapat tersebut serta observasi yang telah dilakukan peneliti menetapkan jarak 2 meter. Dengan pertimbangan kemampuan otot tungkai dan tinggi badan anak kelas IV SD.

2) Gerakan keseluruhan atau koordinasi.

David G. Thomas (2006: 125) Sasaran keberhasilan renang gaya *crawl* yang terkoordinasi yaitu 10 ayunan lengkap yang terkoordinasi. Dengan

mengacu pernyataan diatas peneliti menentukan jarak 8 meter untuk menilai dan mengamati gerakan keseluruhan.

4. Karakteristik Siswa SD

Dunia pendidikan tentu tidak bisa lepas dengan peserta didik. Peserta didik atau siswa disini mejadi satu kesatuan dalam terselenggaranya pendidikan, tanpa adanya peserta didik atau siswa maka pendidikan tidak akan bisa berjalan. Tirtarahardja dan Sulo (dalam Siswoyo, dkk, 2011: 97) menyatakan ada empat karakteristik peserta didik yaitu:

- a. Individu yang memiliki potesi fisik dan psikis yang khas, sehingga merupakan insan yang unik. Maksudnya ia sejak lahir telah memiliki potensi-potesni yang berbeda dengan individu lain yang ingin dikembangkan dan diaktualisasikan.
- b. Individu yang sedang berkembang, yakni selalu ada perubahan dalam diri peserta didik secara wajar baik yang ditujukan kepada diri sendiri maupun kearah penyesuaian dengan lingkungan.
- c. Individu yang membutuhkan bimbingan individual dan perlakuan manusiawi, maksudnya adalah walaupun ia adalah makhluk yang berkembang punya potensi fisik dan psikis untuk bisa mandiri, namun karena belum dewasa maka ia membutuhkan bantuan dan bimbingan dari pihak lain sesuai kodrat kemanusiaannya.
- d. Individu yang memiliki kemampuan untuk mandiri, hal ini dikarenakan bahwa dalam diri anak ada kecenderungan untuk memerdekakan diri, sehingga mewajibkan bagi pendidik dan orang tua untuk setapak demi setapak memberikan kebebasan kepada anak dan pada akhirnya pendidik mengundurkan diri.

Pendapat lain dikemukakan Sukintaka (1992: 41) menjelaskan karakteristik jasmani dan tahap perkembangan motorik anak umur 9-10 tahun (kelas III dan IV) yaitu:

Karakteristik jasmani yang dimiliki anak umur 9-10 tahun antara lain:

- 1) Perbaikan koordinasi dalam kemampuan gerak.
- 2) Daya tahan berkembang.

- 3) Pertumbuhan tetap.
- 4) Koordinasi mata dan tangan baik
- 5) Sikap tubuh yang tidak baik mungkin diperlihatkan.
- 6) Perbedaan jenis kelamin tidak menimbulkan konsekuensi yang besar.
- 7) Secara fisiologik putri pada umumnya mencapai kematangan terlebih dahulu dari pada laki-laki.
- 8) Gigi tetap mulai tumbuh.
- 9) Perbedaan secara perorangan dapat dibedakan secara nyata.
- 10) Kecelakaan cenderung memacu mobilitas.

Sedangkan pada tahap perkembangan motorik anak pada usia ini adalah:

- a) Belajar rileks bila merasa lelah.
- b) Belajar tentang masalah-masalah hambatan gizi.
- c) Dapat menggunakan mekanika tubuh yang baik.
- d) Mengatasi kekurangan sebaik mungkin.
- e) Berusaha menguasai kemampuan sebaik mungkin.
- f) Memperbanyak kegiatan untuk meningkatkan kemampuan jasmani dengan latihan-latihan dasar.
- g) Mengembangkan kekuatan otot, daya tahan otot dan kelentukan.

B. Penelitian yang Relevan

Kajian penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan referensi peneliti untuk memperkuat dan mendukung kajian teori serta sebagai bahan pertimbangan dalam melakukan penelitian. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini, adalah:

Penelitian yang dilakukan oleh Ermawan Susanto pada tahun 2010 dengan judul “Pengembangan Tes Keterampilan Renang Anak Usia Prasekolah”. Tujuan penelitian ini adalah (1) mengembangkan instrumen tes keterampilan renang usia prasekolah, (2) mengetahui validitas dan mengestimasi reliabilitas instrumen tes keterampilan renang usia prasekolah,

(3) menciptakan butir-butir instrumen tes keterampilan renang usia prasekolah yang valid.

Penelitian yang dilakukan oleh Sridadi pada tahun 2016 dengan judul “Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Dasar Bola Tangan Bagi Mahasiswa”. Tujuan penelitian ini adalah (1) mengembangkan instrumen tes keterampilan dasar bola tangan, (2) mengetahui validitas dan mengestimasi reliabilitas instrumen tes keterampilan dasar bola tangan, (3) menciptakan butir-butir instrumen keterampilan dasar bola tangan yang valid.

Untuk menghindari adanya pengulangan pembahasan, hal yang pertama dilakukan hendaknya melakukan identifikasi terhadap penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Hal tersebut dimaksudkan agar tidak adanya kesamaan dan plagiat dalam dunia pendidikan. Kesimpulan yang dapat diambil dari kedua penelitian diatas adalah: “Proses pengembangan instrumen tes tersebut mengacu pada langkah-langkah dalam mengembangkan instrumen tes kemampuan atau keterampilan.”

C. Kerangka Berpikir

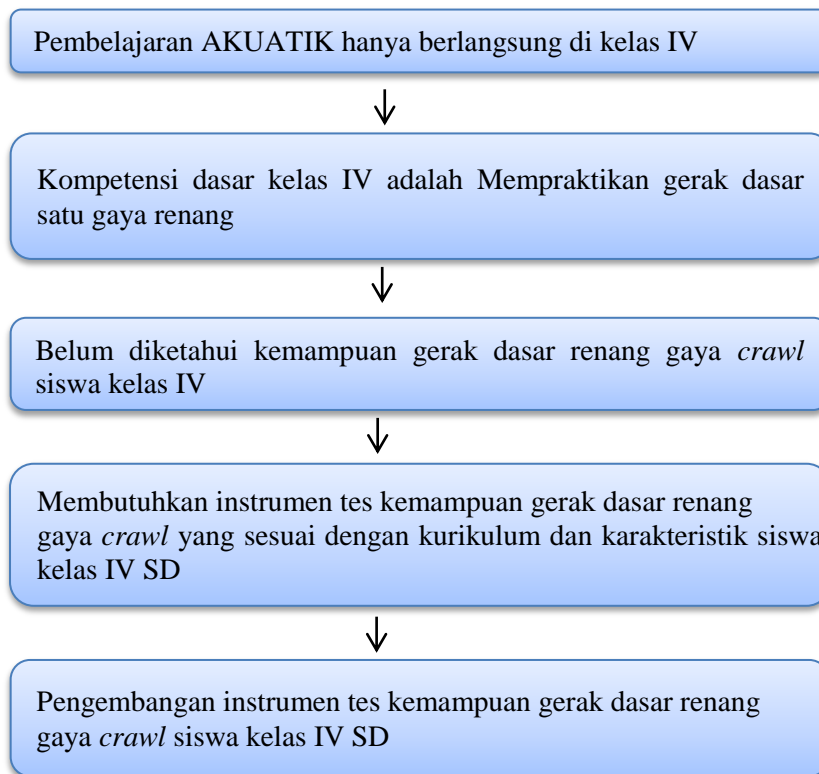
Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan termasuk salah satu upaya untuk mewujudkan manusia seutuhnya yang diselenggarakan di sekolah, baik dari jenjang pendidikan dasar sampai menengah. Mempraktikkan gerak dasar salah satu gaya renang merupakan tuntutan bagi siswa kelas IV tingkat sekolah dasar dalam pembelajaran saat ini, dengan kurikulum 2013. Siswa harus mengetahui, memahami dan mempraktikkan gerak dasar satu gaya

renang dengan bimbingan dari fasilitator (guru) serta kegiatan mandiri dari siswa. Gaya *crawl* merupakan salah satu gaya dari berbagai gaya dalam berenang. Gaya *crawl* merupakan gaya yang paling cepat dari gaya renang yang lain.

Pengetahuan serta pemahaman terhadap gerakan dasar yang ada dalam berenang gaya ini akan lebih memudahkan siswa dalam belajar. Khususnya dalam praktik belajar langsung didalam kolam yang berhubungan langsung dengan media air. Apabila siswa telah mampu menguasai renang gaya ini akan menjadi modal pokok dalam belajar renang gaya yang lain. Maka dari itu pengukuran gerak dasar renang gaya *crawl* menjadi sangat penting. Untuk dapat membantu proses pembelajaran dan kesempurnaan dalam melakukan renang gaya *crawl*. Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan gerak dasar siswa dalam berenang gaya *crawl*.

Berdasarkan dari materi siswa kelas IV yang menuntut siswa untuk mampu melakukan gerak dasar satu gaya renang, maka tepatlah kirannya instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* ini digunakan untuk memperbaiki proses pembelajaran dan menjadikan alat ukur untuk mengetahui kemampuan dari setiap siswa serta mengevaluasi proses pembelajaran yang telah dilakukan. Dengan kata lain, pengembangan ini diharapkan mampu membuat guru lebih mengetahui kemampuan gerak dasar dari setiap siswa sehingga guru dapat menilai dan memperbaiki kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan.

Berikut kerangka berpikir pengembangan instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*:



Gambar 6. Kerangka Berpikir

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah dan kerangka berpikir yang telah dituliskan peneliti, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian Berdasarkan pengembangan instrumen tes gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD sebagai berikut: Bagaimana mengembangkan instrumen tes gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD yang sesuai dengan kurikulum, kompetensi dasar PJOK SD dan karakteristik siswa kelas IV SD?

BAB III METODE PENELITIAN

A. Model Pengembangan

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan atau *Research and Development* (R&D). Borg dan Gall (1983: 214) penelitian pengembangan adalah suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan dan pembelajaran. Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Brog and Gall*. Pada model ini terdapat 10 tahap yang harus dilakukan yakni 1) *research and information collecting*, 2) *planning*, 3) *develop preliminary from a product*, 4) *premilinary field testing*, 5) *main product revision*, 6) *main product testing*, 7) *operational product revision*, 8) *operational field testing*, 9) *final product revision*, dan 10) *dissemination and implementasi* (Brog and Gall, 1983: 775). Adapun peneliti memodifikasi langkah-langkah penelitian tersebut sampai pada tahap ketujuh yakni *operational product revision* atau revisi produk.

Penelitian pengembangan bertujuan untuk menghasilkan produk berupa instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD. Produk ini juga digunakan untuk mengetahui keterampilan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.

B. Prosedur Pengembangan

Prosedur pengembangan instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* kelas IV SD ini dilakukan melalui beberapa tahap. Tahapan-

tahapan yang harus diikuti untuk menghasilkan produk, sebagaimana siklus penelitian dan pengembangan (Borg dan Gall, 1983) adalah sebagai berikut:

1) *Research and information collecting* (penelitian dan pengumpulan informasi)

Pada tahap ini peneliti melakukan analisis kebutuhan dan pengumpulan informasi melalui pengamatan atau observasi lapangan, dan kajian pustaka. Analisis kebutuhan di sini merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini, analisis kebutuhan ini bertujuan untuk menentukan apakah instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV dibutuhkan atau tidak bagi pembelajaran akuatik di sekolah tersebut. Pada tahap ini peneliti melakukan observasi di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta mengenai pelaksanaan pembelajaran akuatik dan melakukan wawancara dengan guru penjasorkes. Serta untuk kajian pustak peneliti mengkaji teori terkait renang atau pembelajaran akuatik sekolah dasar serta hasil penelitian yang relevan.

2) *Planning* (perencanaan)

Tahap perencanaan dalam pengembangan format produk awal (berupa kisi-kisi instrument, poin- poin pokok gerak dasar renang gaya *crawl* serta butir-butir instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* kelas IV SD). Peneliti merancang produk yang sesuai dengan analisis kebutuhan di atas yang berupa draf produk awal berupa kisi-kisi instrument dan komponen pokok dari gerak dasar renang gaya *crawl*.

3) *Develop preliminary from a product* (mengembangkan bentuk produk awal)

Dalam pembuatan bentuk produk awal atau kerangka awal yang dikembangkan, peneliti membuat draft produk awal berupa instrument tes keterampilan gerak dasar renang gaya *crawl* untuk siswa kelas IV SD sesuai dengan kurikulum yang merujuk ke dalam kompetensi inti dan kompetensi dasar serta sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar terkhusus siswa kelas IV. Susunan kerangka atau draft tersebut kemudian divalidasi oleh ahli untuk mengetahui kelayakan produk awal.

Sebelum produk pembelajaran yang dikembangkan diuji cobakan, maka produk yang dibuat dievaluasi terlebih dahulu oleh ahli. Validasi produk awal ini menggunakan dua ahli yakni ahli renang dan ahli tes dan pengukuran. Evaluasi didapatkan peneliti melalui tanya jawab, diskusi serta konsultasi yang kemudian dianalisis. Hasil evaluasi dari para ahli yang berupa masukan, saran dan koreksi langsung terhadap draft produk awal. Draft produk awal yang telah dikoreksi dan diberikan saran kemudian dianalisis oleh peneliti dan digunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk. Peneliti juga menggunakan enam ahli materi untuk memvalidasi isi produk yang dikembangkan sebelum produk diuji lapangan.

4) *Premilinary field testing* (uji lapangan awal)

Setelah produk awal divalidasi dan produk telah diperbaiki Berdasarkan saran dari para ahli, selanjutnya produk diujicobakan. Uji

lapangan tahap awal ini dilakukan peneliti di SD Muhammadiyah Karangajen Yogyakarta pada tanggal 1 Februari 2020 dengan melibatkan 10 siswa kelas IV. Pada uji coba lapangan awal ini dimaksudkan untuk mengetahui kekurangan, keefektifan instrumen yang dibuat. Dalam uji coba ini siswa kelas IV diminta untuk melakukan tes gerak dasar renang gaya *crawl*. Peneliti juga meminta pendapat dan juga saran terkait dengan produk instrumen tes yang dikembangkan.

5) *Main product revision* (revisi produk awal)

Berdasarkan uji coba lapangan awal yang telah dilakukan, muncul berbagai kekurangan sesuai dengan saran dan pendapat dari guru. Saran dan pendapat dari guru kemudian dijadikan pedoman peneliti untuk memperbaiki produk yang dikembangkan.

6) *Main field testing* (uji coba lapangan)

Setelah membuat produk awal yang telah direvisi dengan beberapa tahapan mulai dari evaluasi ahli sampai revisi setelah uji lapangan awal, maka kemudian dilakukan uji coba skala kecil. Subjek dalam uji coba ini adalah peserta didik kelas IV berjumlah 30 siswa yang terdiri dari siswa putri dan siswi putri. Uji coba ini dilakukan pada tanggal 6 Februari 2020. Tahap ini peneliti melakukan pengamatan terhadap penggunaan dan pelaksanaan instrumen tes yang dikembangkan. Peneliti juga melakukan pendataan hasil tes siswa sesuai instrumen yang dikembangkan, yang nantinya akan dianalisis oleh peneliti.

7) *Operasional product revision*

Setelah melewati beberapa tahapan mulai dari revisi produk sebelum diuji cobakan, sesudah diuji cobakan dalam skala kecil kemudian direvisi untuk tahap penyempurnaan. Instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD hasil revisi dari uji lapangan inilah yang menjadi ukuran bahwa produk yang dikembangkan tersebut benar-benar valid dan layak digunakan untuk proses penilaian materi renang gaya *crawl* kelas IV di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta.

C. Desain Uji Coba Produk

1. Desain Uji Coba

Draft instrumen tes gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD disusun secara tertulis. Ahli materi renang dan ahli materi tes & pengukuran melakukan evaluasi, saran dan juga koreksi pada draf produk yang dikembangkan. Peneliti kemudian melakukan revisi dengan mengacu pada saran ataupun koreksi yang diberikan ahli. Hasil revisi kemudian disampaikan kepada ahli untuk mengetahui perkembangan dan mendapatkan validasi yang kedua serta untuk melihat kelayakan dari produk yang dikembangkan. Setelah produk mendapatkan kelayakan, kemudian dilakukan uji lapangan awal untuk mendapatkan evaluasi dari pengguna produk yang dikembangkan. Hasil

evaluasi dari tahap uji lapangan awal kemudian di revisi oleh peneliti yang kemudian dilakukan uji lapangan utama. Hasil uji lapangan utama dijadikan acuan sebagai standar kelayakan atau kevalidan produk instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.

Observasi atau survei saat pelaksanaan uji lapangan utama dijadikan sebagai teknik pengumpulan data. Dokumentasi berupa foto saat penyelenggaraan uji lapangan utama di jadikan sebagai bukti bahwa benar telah dilakukan uji coba lapangan utama atau skala kecil.

2. Subyek Coba

Subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Sugiyono (2011: 68) menjelaskan bahwa teknik *total sampling* merupakan cara pengambilan sampel bilamana semua anggota dijadikan sampel. Peneliti memilih siswa siswi kelas IV Sekolah Dasar Muhammadiyah Kleco Yogyakarta, yang berjumlah keseluruhan 30 siswa (putra dan putri) sebagai subjek penelitian. Sampel tersebut terbagi menjadi 15 siswa putra dan 15 siswa putri.

3. Teknik dan Alat Pengumpulan Data

a. Sumber Data

Sumber data penelitian ini diperoleh dari siswa. Data yang bersumber dari siswa ini diperoleh peneliti dengan melihat hasil tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV. Hasil tes tersebut terkumpul setelah siswa melakukan tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*. Tes tersebut

disusun sendiri oleh peneliti yang dilengkapi dengan format penilaian dengan rentang nilai 1-3.

b. Jenis Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif diperoleh dari survei, pengamatan dan penilaian aspek psikomotor siswa kelas IV saat melakukan tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*.

c. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan instrumen tes. Instrumen tes disusun sendiri oleh peneliti atas (1) ketepatan isi materi instrumen, (2) kelengkapan isi instrumen (3) keterlaksanaan instrumen, berdasarkan komponen gerak dasar berenang gaya *crawl*. Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data antara lain:

1) Observasi (survei)

Observasi atau survei yaitu melakukan pengamatan secara langsung ke objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan. Dalam penelitian ini observasi digunakan untuk mengetahui sarana dan

prasarana pembelajaran renang serta pelaksanaan pembelajaran renang di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta yang dilakukan pada awal penelitian.

Observasi juga digunakan pada pengambilan data dengan menggunakan instrumen yang dibuat sendiri oleh peneliti. Instrumen tersebut berupa instrumen tes gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD. Instrumen tes memiliki rentang nilai 1-3 pada setiap komponen. Setiap komponen mendapatkan nilai maksimal 3 dan nilai minimal 1. Terdapat 5 komponen yang dinilai dalam instrumen tes ini.

2) Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian yang berupa foto dan video penelitian.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif yang dituangkan dengan bentuk persentase. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2007: 221).

Hasil penelitian nantinya akan dianalisis dan diolah menjadi lima kategori. Kelima kategori tersebut adalah kategori sangat baik, kategori baik, kategori cukup, kategori kurang, dan kategori sangat kurang. Agar pengkategorian lebih mudah maka digunakan rumus dari Ngatman, (2017: 77) sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian

Rentang Skor	Kategori
M + 1,5 SD Ke atas	Sangat Baik
M + 0,5 SD s/d M + 1,5 SD	Baik
M - 0,5 SD s/d M + 0,5 SD	Cukup
M - 1,5 SD s/d M - 0,5 SD	Kurang
Kurang dari M - 1,5 SD	Sangat Kurang

Keterangan:

M : nilai rata-rata (mean)

X : skor

S : standar deviasi

(Sumber: Ngatman, 2017: 77)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pengembangan Produk Awal

1. Data Analisis Kebutuhan

Melakukan analisis kebutuhan dengan pengumpulan informasi (pengamatan atau observasi lapangan, dan kajian pustaka). Analisis kebutuhan disini diperlukan untuk menyusun dan menggali permasalahan tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD. Kegiatan ini merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini, analisis kebutuhan ini dilakukan dengan cara mengamati proses pembelajaran akuatik/renang gaya *crawl* secara langsung, dari hasil pengamatan kemudian dianalisis dengan studi pustaka atau kajian literatur. Produk yang dihasilkan antara lain:


- a) Menciptakan dan mengembangkan instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.
- b) Menghitung validitas dan mengestimasi reliabilitas instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.
- c) Menciptakan butir-butir instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD yang valid untuk kemudian diseminasikan menjadi instrumen final.
- d) Mengetahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.



2. Deskripsi Produk Awal


Produk awal instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* sebelum diujicobakan dalam uji skala kecil dilakukan validasi oleh ahli materi yang sesuai dengan bidang tersebut. Namun dalam menyusun draft produk awal ini, peneliti sebelumnya telah melakukan diskusi dan tanya jawab dengan ahli materi. Dimana peneliti menggunakan ahli materi renang dan ahli materi tes & pengukuran. Peneliti melakukan diskusi dan tanya jawab untuk memperoleh saran serta pendapat yang tepat terhadap draft instrumen produk awal. Berikut ini adalah draft produk awal instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD sebelum dilakukan validasi oleh ahli.

Tes Renang Gaya *Crawl*

Tabel 2. Draf Awal Rubrik Tes

No	Gambar	Indikator	Keterangan	Nilai			
				1	2	3	4
1.		Sikap awal	A. Posisi tubuh (meluncur) - Kedua lengan lurus kedepan - Menelungkup dan <i>streamline</i> yaitu sedatar mungkin dengan permukaan air. - Posisi kepala normal menghadap ke depan bawah serta membelah permukaan air.				

		Pelaksanaan	<p>B. Gerakan Tungkai</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tungkai digerakan keatas dan kebawah secara bergantian. - Posisi kaki lurus runcing dan telapak kaki menghadap kepermukaan air, lutut lurus saat bergerak keatas. - Gerakan berporos pada pangkal paha seperti layaknya orang berjalan. 				
2.		Pelaksanaan	<p>C. Gerakan lengan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lengan diputar kearah depan tangan diruncingkan. - Gerakan masuk kedalam air dengan ibu jari terlebih dahulu tepat disebelah kepala perenang. - Siku ditekuk saat gerakan menarik, mendorong dari arah depan- kearah belakang sampai lengan lurus di samping badan. 				

2.		Pelaksanaan	D. Pernafasan Kepala diputar dengan sumbu <i>longitudinal</i> (kekiri atau kekanan) sehingga sebagian kepala keluar kepermukaan air atau tidak diangkat. Membuka mulut untuk mengambil udara. Salah satu siku berada diatas permukaan air saat pengambilan nafas.				
----	---	-------------	---	--	--	--	--

(Gambar: Subagyo, 2018:24)

Aspek penilaian:

A. Posisi tubuh

Nilai 1: Posisi tubuh tidak *streamline* atau sejajar dengan permukaan air, kepala mendongak keatas dan berada diatas permukaan air.

Nilai 2: Posisi tubuh pada bagian tungkai sedikit turun, bagian kepala tidak berada di atas permukaan air.

Nilai 3: Posisi tubuh *streamline* atau sejajar dengan permukaan air, posisi kepala berada di atas permukaan air.

Nilai 4: Posisi tubuh *streamline* atau sejajar dengan permukaan air, posisi kepala menghadap ke depan bawah dan membelah permukaan air.

B. Gerakan tungkai

Nilai 1: Gerakan tungkai tidak keatas dan kebawah, posisi kaki menghadap kelantai, lutut ditekuk.

Nilai 2: Gerakan tungkai tidak keatas dan kebawah, kaki lurus runcing, lutut ditekuk.

Nilai 3: Geraka tungkai keatas dan kebawah, posisi kaki lurus runcing, lutut ditekuk.

Nilai 4: Gerakan tungkai keatas dan kebawah, posisi kaki lurus runcing, lutut lurus mengikuti alur poros gerakan.

C. Gerakan lengan

Nilai 1: Gerakan masuk kedalam air tidak menggunakan jari-jari, siku tidak ditekuk saat fase menarik, arah dorongan salah.

Nilai 2: Gerakan masuk kedalam air menggunakan jari-jari, siku tidak ditekuk saat fase menarik, arah dorongan salah.

Nilai 3: Gerakan masuk kedalam air menggunakan jari-jari, siku ditekuk saat fase menarik, arah dorongan salah.

Nilai 4: Gerakan masuk kedalam air menggunakan jari-jari, siku ditekuk saat fase menarik, arah dorongan benar dari arah depan ke belakang diikuti pelurusan lengan di samping badan.

D. Pernafasan

Nilai 1: Mengangkat kepala sepenuhnya atau kepala keluar dari permukaan air, tidak membuka mulut.

Nilai 2: Mengangkat kepala keatas atau semua bagian kepala keluar dari permukaan air, membuka mulut.

Nilai 3: Memutar kepala dengan sumbu *longitudinal* (kearah kiri atau kanan), tidak ada bagaian kepala yang membelah permukaan air, membuka mulut.

Nilai 4: Memutar kepala dengan sumbu *longitudinal* (kearah kiri atau kanan), satu telinga membelah permukaan air, membuka mulut.

3. Data Saran dan Perbaikan dari Ahli Materi dan Ahli Tes & Pengukuran

Peneliti melakukan konsultasi dengan ahli materi renang dan ahli materi tes & pengukuran untuk meminta pendapat terhadap draft instrumen yang telah dibuat. Ahli materi renang memberikan koreksi dan saran tentang kesesuaian isi dalam instrumen dengan terori-teori renang. Sedangkan ahli tes dan pengukuran memberikan koreksi dan saran pada susunan instrumen tanpa mengubah materi isi atau materi renang. Pendapat, koreksi dan saran yang diberikan oleh ahli materi berupa saran lisan yang ditulis langsung oleh peneliti dan koreksi langsung masing-masing ahli pada draft produk awal. Pendapat, koreksi dan saran perbaikan tersebut menjadi pedoman bagi peneliti untuk memperbaiki produk awal instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD.

Berikut ini adalah paparan saran yang ditulis langsung oleh peneliti untuk memperbaiki kualitas dari instrumen yang akan dibuat:

a. Ahli Materi

- 1) Penambahan item atau komponen koordinasi gerak keseluruhan pada kolom terakhir, dan menjadikan koordinasi gerak keseluruhan sebagai penilaian terakhir.
- 2) Menyempurnakan dan menambah materi isi pada komponen gerakan tungkai, (dengan menambahkan kisaran jarak dalam menggerakkan tungkai keatas dan kebawah kurang lebih 30 cm
- 3) Menyamakan isi penilaian dengan kisi-kisi yang ada pada tabel.

b. Ahli Tes & Pengukuran

- 1) Meminta penyempurnaan susunan instrumen dengan penambahan identitas, kompetensi dasar yang sesuai dengan kurikulum kelas IV SD, menambahkan tujuan beserta alat pada instrumen tes serta petunjuk tes. Hal itu dimaksudkan apabila instrumen tes ini nantinya dipakai orang lain mempunyai kesamaan seperti yang peneliti lakukan. Menambahkan jarak minimal sesuai dengan teori renang gaya *crawl* sebagai salah satu kriteria instrumen yang baik.
- 2) Mengganti susunan aspek penilaian yang berupa kalimat karena dirasa kurang praktis dan sulit dipahami oleh orang lain, serta merubah rentang nilai 1-4 menjadi 1-3 agar lebih praktis dan mudah dalam menilai. Serta apabila instrumen tes digunakan orang lain akan lebih mudah dipahami.

4. Revisi Draft Awal Produk


Data saran dari ahli materi renang dan ahli tes & pengukuran di atas menjadi panduan peneliti untuk melakukan perbaikan terhadap draft produk awal. Adapun perbaikan draft produk awal sesuai saran dari ahli materi renang dan ahli materi tes & pengukuran adalah sebagai berikut:


a. Ahli Materi Renang

Sesuai dengan saran yang diberikan ahli tentang penambahan koordinasi gerak keseluruhan pada kolom penilaian dan menjadikan koordinasi keseluruhan menjadi aspek penilaian terakhir, maka peneliti menambahkan kolom koordinasi beserta gambar, kisi-kisi penilaian dikolom bagian bawah rubrik. Peneliti juga memperbaiki materi isi pada kolom gerakan tungkai dengan menambahkan jarak 30 cm dan menyelaraskan isi penilaian dengan kisi-kisi penilaian.

Berikut kolom gerakan tungkai dan gerakan koordinasi keseluruhan beserta gambar dan kisi-kisi penilaian dan menyelaraskan isi penilaian dengan kisi-kisi penilaian:

Tabel.3 Revisi Draf Awal

Gambar	Indikator	Keterangan
	Pelaksanaan	E. Gerakan Tungkai - Tungkai digerakan keatas dan kebawah secara bergantian dengan jarak kurang lebih 30 cm. - Posisi kaki lurus runcing dan telapak kaki menghadap kepermukaan air, lutut lurus saat bergerak keatas.

		- Gerakan berporos pada pangkal paha seperti layaknya orang berjalan.
	Keseluruhan dan sikap akhir	F. Koordinasi gerakan - Melakukan gerakan keseluruhan dari posisi tubuh, gerakan tungkai, gerakan lengan dan pernafasan dengan baik dan berkelanjutan.

(Gambar: Subagyo, 2018:24)

Penyelarasan komponen isi penilaian dengan kisi-kisi gerakan per item sesuai dengan saran dari ahli materi renang. Di bawah ini contoh perbaikan dan penyelarasan pada item gerakan tungkai.

Gerakan tungkai

Nilai 1:

- Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.
- Posisi telapak kaki TIDAK menghadap kepermukaan.
- Gerakan TIDAK berporos pada pangkal paha.

Nilai 2:

- Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.
- Posisi telapak kaki menghadap kepermukaan.
- Gerakan TIDAK berporos pada pangkal paha.

Nilai 3:

- Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.
- Posisi telapak kaki menghadap kepermukaan,
- Gerakan berporos pada pangkal paha seperti layaknya orang berjalan.

- Ahli Materi Tes dan Pengukuran

Berdasarkan saran yang diberikan ahli materi tes dan pengukuran maka peneliti melakukan perbaikan susunan instrumen sebagai berikut:

Tes Renang Gaya *Crawl* Jarak 10 Meter

1. Identitas Peserta

Nama :
Kelas :
Sekolah :

- Kompetensi Dasar:** Mempraktikkan gerak dasar satu gaya renang.

3. Tujuan:

Mengetahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*.

4. Alat Tes

- a. Peluit
- b. Papan tulis kayu
- c. Pensil/bolpoin

5. Petunjuk Umum

- a. Berdoa sebelum melakukan tes!
- b. Pahami alur tes.
- c. Tanyakan jika belum paham.
- d. Berpakaian renang.
- e. Lakukan pemanasan terlebih dahulu.
- f. Taati peraturan tes!
- g. Lakukan dengan serius dan jangan terburu-buru.
- h. Berikan tanda ceklist (✓) pada kolom penilaian.
- i. Tes berupa **Renang Gaya Crawl Jarak 10 Meter**.
- j. Pelaksanaan:

1. Guru/penilai berada di sisi samping kolam.

2. Siswa dari dinding/tepi kolam melakukan gerakan meluncur (posisi tubuh) yang dilanjutkan gerakan tungkai, gerakan lengan, pengambilan nafas sampai koordinasi gerak keseluruhan sejauh 10 meter setelah mendengar aba-aba dari penilai.

Saran kedua dari ahli materi tes dan pengukuran yaitu merubah susunan aspek penilaian serta merubah rentang nilai menjadi 1-3. Berikut ini revisi yang dilakukan peneliti sesuai dengan saran dari ahli materi tes dan pengukuran:

Aspek penilaian:

1. Posisi tubuh (meluncur)

Nilai 1:

- a. Kedua lengan lurus kedepan
- b. Posisi menelungkup tetapi TIDAK *streamline* yaitu tidak datar dengan permukaan air.

- c. Posisi kepala atau wajah TIDAK menghadap ke depan bawah TIDAK membelah permukaan air.

Nilai 2:

- a. Kedua lengan lurus kedepan.
- b. Posisi menelungkup *streamline* dengan permukaan air.
- c. Posisi kepala atau wajah TIDAK menghadap kedepan bawah TIDAK membelah permukaan air.

Nilai 3:

- a. Kedua lengan lurus kedepan.
- b. Posisi menelungkup dan *streamline* yaitu datar dengan permukaan air.
- c. Kepala normal atau wajah menghadap ke depan bawah membelah permukaan air.

2. Gerakan tungkai

Nilai 1:

- a. Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.
- b. Posisi telapak kaki TIDAK menghadap kepermukaan.
- c. Gerakan TIDAK berporos pada pangkal paha.

Nilai 2:

- a. Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.
- b. Posisi telapak kaki menghadap kepermukaan.
- c. Gerakan TIDAK berporos pada pangkal paha.

Nilai 3:

- a. Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.
- b. Posisi telapak kaki menghadap kepermukaan,
- c. Gerakan berporos pada pangkal paha seperti layaknya orang berjalan.

3. Gerakan lengan

Nilai 1:

- a. Lengan diputar kearah depan tangan diruncingkan.
- b. Ibu jari TIDAK masuk kedalam air terlebih dahulu.
- c. Lengan TIDAK ditekuk saat gerakan menarik, TIDAK mendorong lurus kearah samping badan.

Nilai 2:

- a. Lengan diputar kearah depan tangan diruncingkan.
- b. Ibu jari masuk kedalam air terlebih dahulu.
- c. Lengan TIDAK ditekuk saat gerakan menarik, TIDAK mendorong lurus kearah samping badan.

Nilai 3:

- a. Lengan diputar kearah depan tangan diruncingkan.

- b. Ibu jari masuk kedalam air terlebih dahulu tepat disebelah kepala perenang.
- c. Lengan ditekuk saat gerakan menarik, mendorong lurus kearah samping badan.

4. Pernafasan

Nilai 1:

- a. Kepala diputar dengan sumbu *longitudinal* (kekiri atau kekanan).
- b. TIDAK membuka mulut untuk mengambil udara.
- c. Siku TIDAK berada diatas permukaan air saat pengambilan nafas.

Nilai 2:

- a. Kepala diputar dengan sumbu *longitudinal* (kekiri atau kekanan).
- b. Membuka mulut untuk mengambil udara.
- c. Siku TIDAK berada diatas permukaan air saat pengambilan nafas.

Nilai 3:

- a. Kepala diputar dengan sumbu *longitudinal* (kekiri atau kekanan).
- b. Membuka mulut untuk mengambil udara.
- c. Siku berada diatas permukaan air saat pengambilan nafas.

5. Koordinasi

Nilai 1:

- a. Melakukan gerakan posisi tubuh (meluncur).
- b. Melakukan gerakan tungkai.
- c. TIDAK melakukan gerakan lengan
- d. TIDAK mengambil nafas.

Nilai 2:

- a. Melakukan gerakan posisi tubuh (meluncur).
- b. Melakukan gerakan tungkai.
- c. Melakukan gerakan lengan
- d. TIDAK mengambil nafas.

Nilai 3:

- a. Melakukan urutan gerakan posisi tubuh (meluncur).
- b. Melakukan gerakan tungkai.
- c. Melakukan gerakan lengan
- d. Mengambil nafas dengan baik dan berkelanjutan.

5. Data Validasi Produk Awal

Ahli materi renang dan ahli tes & pengukuran melakukan penilaian validasi ahli. Validasi ahli ini dilakukan peneliti sebanyak dua kali tahapan

yaitu validasi tahap pertama berupa draf produk awal, sedangkan validasi pada tahap kedua adalah berupa draf produk awal yang telah diperbaiki sesuai dengan saran serta masukan yang telah diberikan oleh kedua ahli. Validasi pada tahap kedua ini menjadikan validasi yang terakhir sebelum instrumen digunakan untuk uji coba dalam skala kecil.

Sebelum instrumen diuji coba dalam skala kecil peneliti melakukan validasi kepada enam ahli materi. Setiap ahli materi diberikan lembar instrumen yang telah diperbaiki serta diberikan lembar penilaian untuk menilai komponen materi isi gerak dasar renang gaya *crawl* yang akan diujikan dalam instrumen tersebut. Adapun data yang diperoleh dari validasi ahli ini digunakan untuk menentukan validitas isi instrumen per item atau komponen yang diujikan dalam rangkaian tes gerak dasar renang gaya *crawl*. Dalam validasi ahli ini menggunakan skala *likert* 1-4 dengan jumlah pernyataan 5 item.

Validitas isi ini diolah dengan validitas isi Aiken's V. Validitas isi Aiken's V digunakan untuk menghitung *content-validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penilaian dari panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu item dari sejauh mana item tersebut mewaliki konstruk yang diukur (Aiken, 1985). Validasi ini dilakukan untuk mengetahui validitas isi dari setiap komponen atau item yang diujikan dalam rangkaian tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*.

Adapun formula yang diajukan Aiken adalah sebagai berikut (dalam Azwar, 2012).

$$\text{Rumus: } V = \frac{\sum s}{[n(C-1)]}$$

$$S = r - lo$$

Keterangan:

R= angka yang diberikan oleh penilai

C= angka penilaian tertinggi

Lo= angka penilaian terendah

Berikut disajikan tabel hasil validasi ahli materi:

Tabel 4. Skor Validasi Ahli Materi

No	Kriterian Penilaian	Skor penilai dari ahli dan pengajar					
		A1	A2	A3	A4	A5	A6
1	Kesesuaian isi materi instrumen pada posisi tubuh (meluncur).	4	4	3	4	4	4
2	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan tungkai	4	4	4	4	4	3
3	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan lengan.	4	4	4	4	4	3
4	Kesesuaian isi materi instrumen pada pengambilan nafas	4	4	3	4	4	4
5	Kesesuaian isi materi instrumen pada koordinasi gerakan keseluruhan.	4	4	4	4	4	3

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang dilakukan oleh masing-masing ahli materi didapat nilai validitas isi per item atau komponen sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Validasi Isi Aiken

No	Item atau Komponen	Nilai V
1	Posisi tubuh(meluncur)	0,94
2	Gerakan tungkai	0,94
3	Gerakan lengan	0,94
4	Pengambilan nafas	0,94
5	Koordinasi gerak keseluruhan	0,94

Berdasarkan paparan hasil validitas isi per item atau komponen di atas dengan formula yang diajukan Aiken, diperoleh nilai rata-rata 0,938. Nilai rata-rata tersebut dengan jumlah penilai atau panel ahli enam orang, apabila dilihat dan mengacu pada tabel yang dibuat oleh Aiken nilai rata-rata yang diperoleh lebih besar dari angka patokan dalam tabel, dengan itu instrumen tes yang dikembangkan telah sesuai dengan konstruk teori renang. Maka dari itu selanjutnya instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD dapat digunakan untuk uji coba dalam skala kecil. Berikut ini adalah tabel formula dari Aikens:

Tabel 6. Formula Aiken's V

No. of Items (<i>m</i>) or Raters (<i>n</i>)	Number of Rating Categories (<i>c</i>)											
	2		3		4		5		6		7	
	V	p	V	p	V	p	V	p	V	p	V	p
2							1.00	.040	1.00	.028	1.00	.020
3							1.00	.008	1.00	.005	1.00	.003
3			1.00	.037	1.00	.016	.92	.032	.87	.046	.89	.029
4					1.00	.004	.94	.008	.95	.004	.92	.006
4			1.00	.012	.92	.020	.88	.024	.85	.027	.83	.029
5			1.00	.004	.93	.006	.90	.007	.88	.007	.87	.007
5	1.00	.031	.90	.025	.87	.021	.80	.040	.80	.032	.77	.047
6			.92	.010	.89	.007	.88	.005	.83	.010	.83	.008
6	1.00	.016	.83	.038	.78	.050	.79	.029	.77	.036	.75	.041
7			.93	.004	.86	.007	.82	.010	.83	.006	.81	.008
7	1.00	.008	.86	.016	.76	.045	.75	.041	.74	.038	.74	.036
8	1.00	.004	.88	.007	.83	.007	.81	.008	.80	.007	.79	.007
8	.88	.035	.81	.024	.75	.040	.75	.030	.72	.039	.71	.047
9	1.00	.002	.89	.003	.81	.007	.81	.006	.78	.009	.78	.007
9	.89	.020	.78	.032	.74	.036	.72	.038	.71	.039	.70	.040
10	1.00	.001	.85	.005	.80	.007	.78	.008	.76	.009	.75	.010
10	.90	.001	.75	.040	.73	.032	.70	.047	.70	.039	.68	.048
11	.91	.006	.82	.007	.79	.007	.77	.006	.75	.010	.74	.009
11	.82	.033	.73	.048	.73	.029	.70	.035	.69	.038	.68	.041
12	.92	.003	.79	.010	.78	.006	.75	.009	.73	.010	.74	.008
12	.83	.019	.75	.025	.69	.046	.69	.041	.68	.038	.67	.049
13	.92	.002	.81	.005	.77	.006	.75	.006	.74	.007	.72	.010
13	.77	.046	.73	.030	.69	.041	.67	.048	.68	.037	.67	.041
14	.86	.006	.79	.006	.76	.005	.73	.008	.73	.007	.71	.009
14	.79	.029	.71	.035	.69	.036	.68	.036	.66	.050	.66	.047
15	.87	.004	.77	.008	.73	.010	.73	.006	.72	.007	.71	.008
15	.80	.018	.70	.040	.69	.032	.67	.041	.65	.048	.66	.041
16	.88	.002	.75	.010	.73	.009	.72	.008	.71	.007	.70	.010
16	.75	.038	.69	.046	.67	.047	.66	.046	.65	.046	.65	.046
17	.82	.006	.76	.005	.73	.008	.71	.010	.71	.007	.70	.009
17	.76	.025	.71	.026	.67	.041	.66	.036	.65	.044	.65	.039
18	.83	.004	.75	.006	.72	.007	.71	.007	.70	.007	.69	.010
18	.72	.048	.69	.030	.67	.036	.65	.040	.64	.042	.64	.044
19	.79	.010	.74	.008	.72	.006	.70	.009	.70	.007	.68	.009
19	.74	.032	.68	.033	.65	.050	.64	.044	.64	.040	.63	.048
20	.80	.006	.72	.009	.70	.010	.69	.010	.68	.010	.68	.008
20	.75	.021	.68	.037	.65	.044	.64	.048	.64	.038	.63	.041
21	.81	.004	.74	.005	.70	.010	.69	.008	.68	.010	.68	.009
21	.71	.039	.67	.041	.65	.039	.64	.038	.63	.048	.63	.045
22	.77	.008	.73	.006	.70	.008	.68	.009	.67	.010	.67	.008
22	.73	.026	.66	.044	.65	.035	.64	.041	.63	.046	.62	.049
23	.78	.005	.72	.007	.70	.007	.68	.007	.67	.010	.67	.009
23	.70	.047	.65	.048	.64	.046	.63	.045	.63	.044	.62	.043
24	.79	.003	.71	.008	.69	.006	.68	.008	.67	.010	.66	.010
24	.71	.032	.67	.030	.64	.041	.64	.035	.62	.041	.62	.046
25	.76	.007	.70	.009	.68	.010	.67	.009	.66	.009	.66	.009
25	.72	.022	.66	.033	.64	.037	.63	.038	.62	.039	.61	.049

(Gambar: Aiken, 1985)

B. Hasil Uji Coba Produk

Uji coba produk dilakukan pada tingkat uji coba skala kecil. Uji coba produk ini dilakukan di dua sekolah. Adapun sekolah yang pertama dipakai lapangan awal adalah SD Muhammadiyah Karangajen dengan subyek 10 siswa. Uji coba awal ini dilakukan pada tanggal 1 Februari 2020. Uji coba ini dilakukan untuk mengidentifikasi berbagai permasalahan, mengetahui keefektifan dari instrumen tes yang dikembangkan. Data yang diperoleh dari

uji lapangan ini kemudian digunakan sebagai dasar untuk dilakukan revisi, yang kemudian akan diterapkan untuk uji coba lapangan utama.

Uji coba lapangan utama dilakukan di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta. Uji coba lapangan utama ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD, mengidentifikasi berbagai permasalahan seperti kelemahan, kekurangan dan keefektifan instrumen serta mengestimasi reliabilitas instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* yang telah dibuat. Uji coba produk dilakukan pada tanggal 6 Februari 2020 dengan jumlah sampel atau siswa 30 siswa yang terbagi dalam 15 siswa putra dan 15 siswi putri.

Uji coba produk ini dilakukan bersama guru pjok dan beberapa teman. Guru PJOK membantu mengondisikan siswa-siswi dan juga melakukan penilaian terhadap siswa yang melakukan tes dengan instrumen yang telah dibuat. Guru PJOK menilai kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV yang sedang melakukan tes, penilaian dilakukan berdasarkan rubrik yang terdapat dalam produk pengembangan instrumen tes ini. Instrumen tes ini terdapat 5 item atau komponen dengan rentang nilai 1 sampai 3. Setiap komponen maksimal mendapatkan nilai 3 (tiga) dan minimal akan mendapatkan nilai 1 (satu). Data hasil tes yang berupa data mentah kemudian diolah dan dianalisis dengan bantuan program *Microsoft Excel*.

1. Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta

Berdasarkan hasil tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* dengan instrumen tes yang dikembangkan, data yang diperoleh dalam uji coba produk ini adalah skor terendah (8), skor tertinggi (15), rerata atau mean (12) dan standar deviasi (2) . Hasil selengkapnya bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 7. Deskriptif Statistik

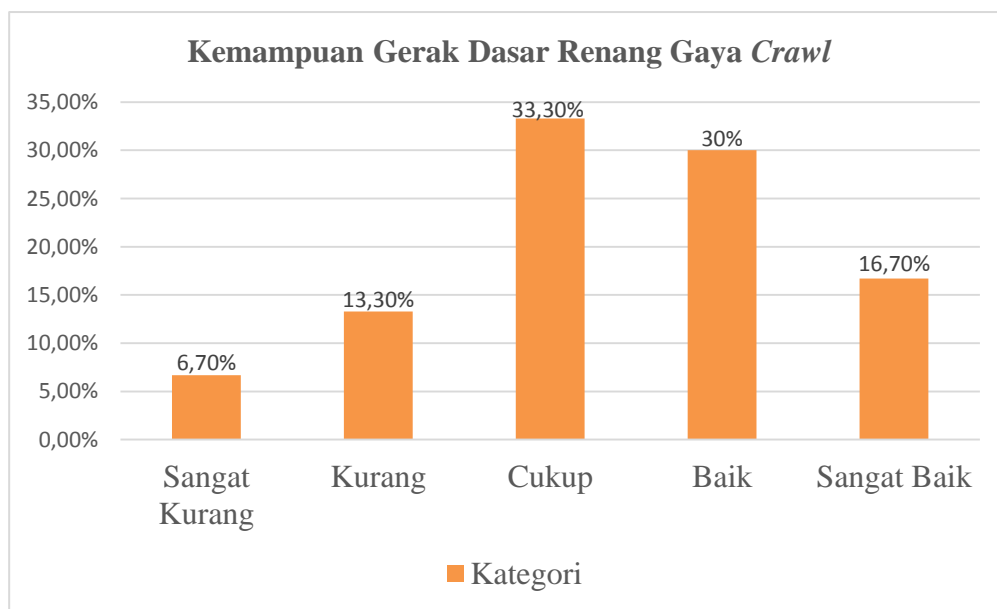
<i>Descriptive Statistics</i>				
Jumlah Sampel	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Mean (Rerata)	Standar Deviasi
30	15	8	12	2

Tabel di atas menunjukkan skor mean dan skor standar deviasi. Kedua skor tersebut digunakan sebagai dasar untuk pengkategorian data. Hasil pengkategorian data pada kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta dapat dilihat pada tabel frekuensi sebagai berikut:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi

NO	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Baik	14 Ke atas	5	16,7%
2	Baik	13 sampai 14	9	30%
3	Cukup	11 sampai 12	10	33,3%
4	Kurang	9 sampai 10	4	13,3%
5	Sangat Kurang	Kurang dari 9	2	6,7%
Total			30	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 7. Diagram Batang Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya Crawl Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco

Berdasarkan tabel-tabel dan gambar diagram batang diatas diketahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* untuk 30 siswa, terbagi dalam beberapa kategori. Kategori sangat baik terdapat 5 siswa (16,7%), untuk kategori baik berjumlah 9 siswa (30%), kategori cukup berjumlah 10 siswa (33,3%), sedangkan kategori kurang terdapat 4 siswa(13,3%), dan yang terakhir pada kategori sangat kurang berjumlah 2 siswa (6,7%).

2. Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya Crawl Siswa Putra Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta

Berdasarkan hasil tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa putra dengan instrumen tes yang dikembangkan, data yang diperoleh

dalam uji coba produk ini adalah skor terendah (10), skor tertinggi (15), rerata atau mean (12) dan standar deviasi (2) . Hasil selengkapnya bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Siswa Putra

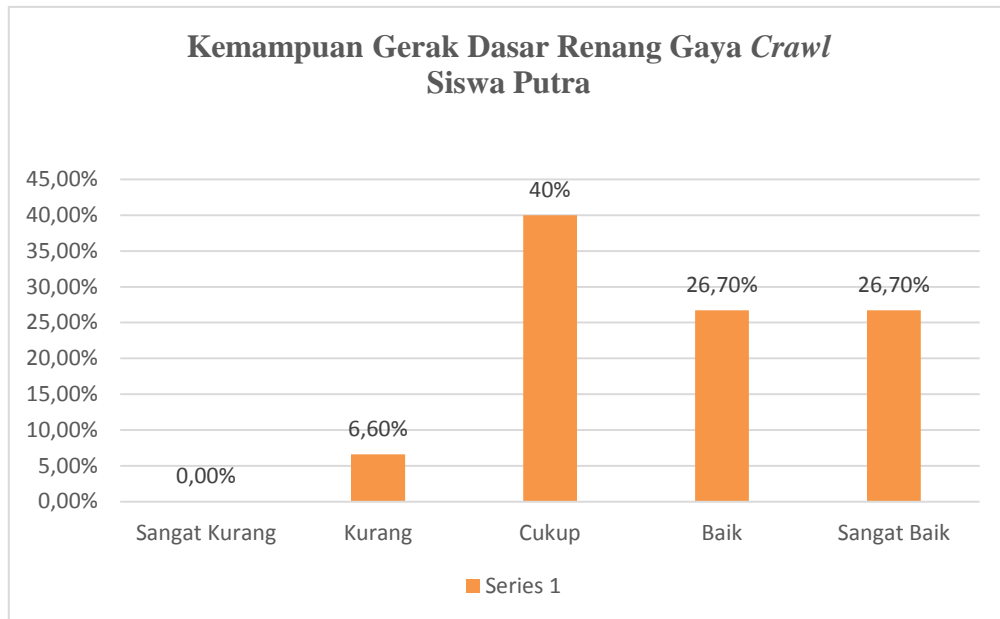
<i>Descriptive Statistics</i>				
Jumlah Sampel	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Mean (Rerata)	Standar Deviasi
15	15	10	12	2

Tabel di atas menunjukkan skor mean dan skor standar deviasi. Kedua skor tersebut digunakan sebagai dasar untuk pengkategorian data. Hasil pengkategorian data pada kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa putra dapat dilihat pada tabel frekuensi sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi

NO	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Baik	14 Ke atas	4	26,7%
2	Baik	13 sampai 14	4	26.7%
3	Cukup	11 sampai 12	6	40%
4	Kurang	9 sampai 10	1	6,6%
5	Sangat Kurang	Kurang dari 9	0	0%
Total			15	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik maka data hasil tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa putra tampak pada gambar 8 sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram Batang Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD Putra Muhammadiyah Kleco.

Berdasarkan tabel dan gambar diagram batang di atas diketahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa putra yang berjumlah 15, terbagi dalam beberapa kategori. Kategori sangat baik terdapat 4 siswa (26,7%), untuk kategori baik berjumlah 4 siswa (26,7%), kategori cukup terdapat 6 siswa (40%) sedangkan kategori kurang terdapat 1 siswa (6,6%), dan tidak ada siswa dalam kategori sangat kurang.

3. Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Putri Kelas IV SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta

Berdasarkan hasil tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa putra dengan instrumen tes yang dikembangkan, data yang diperoleh dalam uji coba produk ini adalah skor terendah (8), skor tertinggi (15), rerata

atau mean (11) dan standar deviasi (2) . Hasil selengkapnya bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Siswa Putri

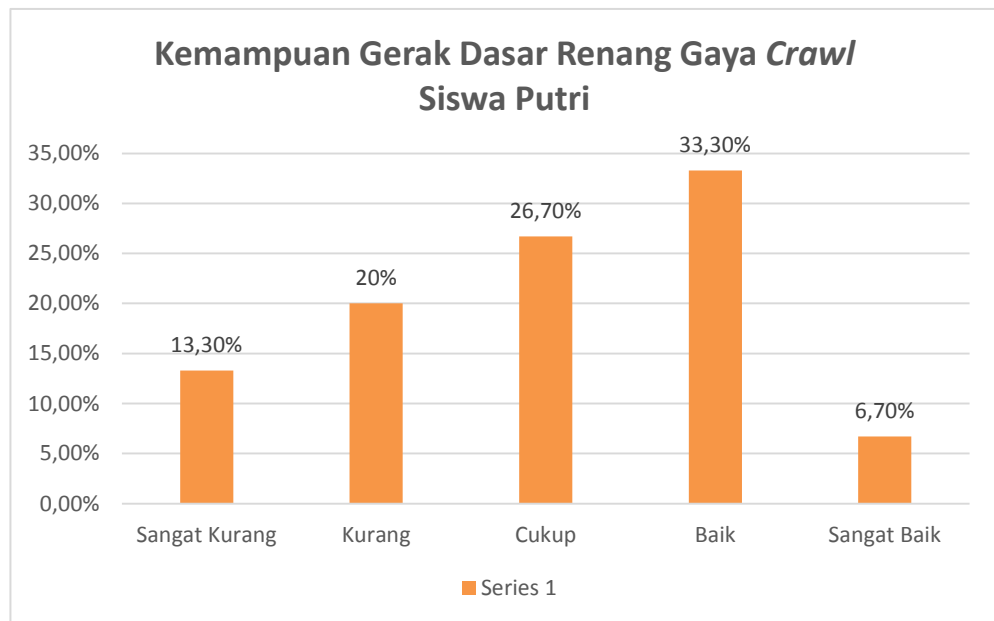
<i>Descriptive Statistics</i>				
Jumlah Sampel	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Mean (Rerata)	Standar Deviasi
15	15	8	11	2

Tabel di atas menunjukkan skor mean dan skor standar deviasi. Kedua skor tersebut digunakan sebagai dasar untuk pengkategorian data. Hasil pengkategorian data pada kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa putri dapat dilihat pada tabel frekuensi sebagai berikut:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi

NO	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Baik	14 Ke atas	1	6,7%
2	Baik	13 sampai 14	5	33,3%
3	Cukup	11 sampai 12	4	26,7%
4	Kurang	9 sampai 10	3	20%
5	Sangat Kurang	Kurang dari 9	2	13,3%
Total			15	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik maka data hasil tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa putri tampak pada gambar 9 sebagai berikut:



Gambar 9. Diagram Batang Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD Putri Muhammadiyah Kleco.

Berdasarkan tabel dan gambar diagram batang di atas diketahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa putri yang berjumlah 15 anak, terbagi dalam beberapa kategori. Kategori sangat baik terdapat 1 siswa (6,7%), untuk kategori baik berjumlah 5 siswa (33,3%), kategori cukup terdapat 4 siswa (26,7%) sedangkan kategori kurang terdapat 3 siswa (20%), dan siswa dalam kategori sangat kurang 2 anak (13,3%).

Dalam uji coba skala kecil ini peneliti juga melakukan pengambilan gambar/foto sebagai dokumentasi. Dokumentasi ini dijadikan bukti nyata

untuk dilampirkan dalam penelitian ini sebagai bukti pendukung bahwa telah dilaksanakan uji coba skala kecil.

4. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas instrumen gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD ditentukan dengan cara melakukan uji coba instrumen beberapa kali kepada responden atau dengan pendekatan *test* dan *re-test*. Hasil dari *test* dan *re-test* kemudian dikorelasikan menggunakan rumus *Pearson Product Moment* dengan bantuan *Microsoft Excel*, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,858. Hal ini menunjukkan bahwa reliabilitas skor kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* yang diukur dengan menggunakan instrumen yang dikembangkan termasuk pada kategori tinggi, sehingga instrumen dapat dikatakan reliabel atau dapat digunakan dalam pengambilan data.

C. Revisi Produk

Revisi produk pengembangan instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD dilakukan setelah uji coba lapangan awal dan uji coba lapangan utama dimaksudkan untuk penyempurnaan produk. Berikut ini adalah hasil akhir penyusunan instrumen tes gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD:

Tes Renang Gaya *Crawl* Jarak 10 Meter

1. Kompetensi Dasar:

Mempraktikkan gerak dasar satu gaya renang.

2. Tujuan

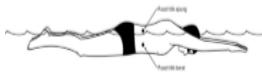

Mengetahui kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*.




3. Alat Tes

- 1) Peluit
- 2) Papan tulis kayu
- 3) Pensil/bolpoin

4. Rubrik Tes

Tabel 13. Revisi Produk Tes

No	Gambar	Indikator	Keterangan
1.		Sikap awal	<p>A. Posisi tubuh (meluncur)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kedua lengan lurus kedepan - Menelungkup dan <i>streamline</i> yaitu sedatar mungkin dengan permukaan air. - Posisi kepala normal menghadap ke depan bawah serta membelah permukaan air.
2.		Pelaksanaan	<p>B. Gerakan Tungkai</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tungkai digerakan keatas dan kebawah secara bergantian dengan jarak kurang lebih 30 cm. - Posisi kaki lurus runcing dan telapak kaki menghadap kepermukaan air, lutut lurus saat bergerak keatas. - Gerakan berporos pada pangkal paha seperti layaknya orang berjalan.

2.		Pelaksanaan	<p>C. Gerakan lengan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lengan diputar ke arah depan tangan diruncingkan. - Gerakan masuk kedalam air dengan ibu jari terlebih dahulu tepat disebelah kepala perenang. - Siku ditekuk saat gerakan menarik, mendorong dari arah depan- kearah belakang sampai lengan lurus di samping badan.
		Pelaksanaan	<p>D. Pernafasan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kepala diputar dengan sumbu <i>longitudinal</i> (kekiri atau kekanan) sehingga sebagian kepala keluar kepermukaan air atau tidak diangkat. - Membuka mulut untuk mengambil udara. - Salah satu siku berada diatas permukaan air saat pengambilan nafas.
3.		Keseluruhan dan sikap akhir	<p>E. Koordinasi gerakan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan gerakan keseluruhan dari posisi tubuh, gerakan tungkai, gerakan lengan dan pernafasan dengan baik dan berkelanjutan.

(Gambar: Subagyo, 2018: 24)

Lembar Penilaian Siswa Kelas IV Materi Renang Gaya *Crawl*

Petunjuk tes:

1. Menggunakan pakaian renang.
2. Pemanasan terlebih dahulu.
3. Berikan tanda ceklist pada kolom penilaian.
4. Pelaksanaan:
 - a. Guru/penilai berada di sisi samping kolam.
 - b. Siswa dari dinding/tepi kolam melakukan gerakan meluncur (posisi tubuh) yang dilanjutkan gerakan tungkai, gerakan lengan, pengambilan nafas sampai koordinasi gerak keseluruhan sejauh 10 meter setelah mendengar aba-aba dari penilai.

Tabel 14. Lembar Penilaian Siswa Kelas IV Materi Renang Gaya *Crawl*

No	Nama Siswa	Komponen Gerak															
		Meluncur (Posisi Tubuh)			Gerakan Tungkai			Gerakan Lengan			Pengambilan Nafas			Koordinasi Gerak Keseluruhan			
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	

Aspek Penilaian:

1. Posisi tubuh (meluncur)

Nilai 1:

- a. Kedua lengan lurus kedepan
- b. Posisi menelungkup tetapi TIDAK *streamline* yaitu tidak datar dengan permukaan air.
- c. Posisi kepala atau wajah TIDAK menghadap ke depan bawah TIDAK membelah permukaan air.

Nilai 2:

- a. Kedua lengan lurus kedepan.
- b. Posisi menelungkup *streamline* dengan permukaan air.
- c. Posisi kepala atau wajah TIDAK menghadap kedepan bawah TIDAK membelah permukaan air.

Nilai 3:

- a. Kedua lengan lurus kedepan.
- b. Posisi menelungkup dan *streamline* yaitu datar dengan permukaan air.
- c. Kepala normal atau wajah menghadap ke depan bawah membelah permukaan air.

2. Gerakan tungkai

Nilai 1:

- a. Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.

- b. Posisi telapak kaki TIDAK menghadap kepermukaan.
- c. Gerakan TIDAK berporos pada pangkal paha.

Nilai 2:

- a. Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.
- b. Posisi telapak kaki menghadap kepermukaan.
- c. Gerakan TIDAK berporos pada pangkal paha.

Nilai 3:

- a. Tungkai digerakan keatas dan kebawah bergantian kurang lebih 30 cm.
- b. Posisi telapak kaki menghadap kepermukaan,
- c. Gerakan berporos pada pangkal paha seperti layaknya orang berjalan.

3. Gerakan lengan

Nilai 1:

- a. Lengan diputar kearah depan tangan diruncingkan.
- b. Ibu jari TIDAK masuk kedalam air terlebih dahulu.
- c. Lengan TIDAK ditekuk saat gerakan menarik, TIDAK mendorong lurus kearah samping badan.

Nilai 2:

- a. Lengan diputar kearah depan tangan diruncingkan.
- b. Ibu jari masuk kedalam air terlebih dahulu.

- c. Lengan TIDAK ditekuk saat gerakan menarik, TIDAK mendorong lurus kearah samping badan.

Nilai 3:

- a. Lengan diputar kearah depan tangan diruncingkan.
- b. Ibu jari masuk kedalam air terlebih dahulu tepat disebelah kepala perenang.
- c. Lengan ditekuk saat gerakan menarik, mendorong lurus kearah samping badan.

4. Pernafasan

Nilai 1:

- a. Kepala diputar dengan sumbu *longitudinal* (kekiri atau kekanan).
- b. TIDAK membuka mulut untuk mengambil udara.
- c. Siku TIDAK berada diatas permukaan air saat pengambilan nafas.

Nilai 2:

- a. Kepala diputar dengan sumbu *longitudinal* (kekiri atau kekanan).
- b. Membuka mulut untuk mengambil udara.
- c. Siku TIDAK berada diatas permukaan air saat pengambilan nafas.

Nilai 3:

- a. Kepala diputar dengan sumbu *longitudinal* (kekiri atau kekanan).
- b. Membuka mulut untuk mengambil udara.
- c. Siku berada diatas permukaan air saat pengambilan nafas.

5. Koordinasi

Nilai 1:

- a. Melakukan gerakan posisi tubuh (meluncur).
- b. Melakukan gerakan tungkai.
- c. TIDAK melakukan gerakan lengan
- d. TIDAK mengambil nafas.

Nilai 2:

- a. Melakukan gerakan posisi tubuh (meluncur).
- b. Melakukan gerakan tungkai.
- c. Melakukan gerakan lengan
- d. TIDAK mengambil nafas.

Nilai 3:

Melakukan urutan gerakan posisi tubuh (meluncur), gerakan tungkai, gerakan lengan serta mengambil nafas dengan baik dan berkelanjutan

D. Kajian Produk Akhir

Berdasarkan hasil uji coba skala kecil yang dilakukan peneliti di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta dengan sampel 30 siswa kelas IV, dapat disimpulkan bahwa pengembangan produk instrument tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD dapat dilakukan sebagai alat ukur tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*. Hal ini sesuai dengan pendapat Bumpa dalam Ermawan Susanto (2010: 162) bahwa untuk belajar gerak renang idealnya sudah dimulai antara usia 3-7 tahun, pada usia 10-12 tahun merupakan usia untuk spesialisasi, sedangkan usia 16-18 tahun merupakan untuk prestasi puncak.

Merujuk kekalimat kedua dari Bumpa bahwa usia 10-12 tahun adalah usia untuk spesialisasi, sedangkan pada umumnya rentang usia siswa kelas IV SD adalah 9-10 tahun. Berdasarkan pernyataan di atas peneliti mengartikan spesialisasi sebagai renang gaya *crawl* karena di dalam renang gaya *crawl* terdapat koordinasi gerak yang menggabungkan beberapa gerak dasar dalam renang. Jadi pada usia tersebut hendaknya sudah belajar gerak dasar pada salah satu gaya dalam berenang.

Hasil penelitian dan pengembangan berupa instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD memiliki kelebihan: (1) instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD dapat digunakan sebagai alat ukur kemampuan gerak dasar renang. (2) instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* juga dapat

digunakan guru untuk menganalisis kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* perbagian. (3) instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* mengembangkan beberapa ranah terutama ranah psikomotorik.

Setiap produk yang dibuat oleh manusia tentunya terdapat kekurangan dan kelebihan. Produk instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD juga terdapat kekurangan diantaranya adalah: (1) instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* baru di uji cobakan dalam skala kecil. (2) instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* disesuaikan dengan materi pembelajaran kelas IV, jadi apabila diterapkan di kelas III kebawah kurang cocok. (3) instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* belum berbentuk media digital, masih berupa tulisan yang dipaparkan pada kertas.

D. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian dan pengembangan produk instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD ini adalah uji coba hanya dilakukan sampai pada uji coba skala kecil, dikarenakan sulitnya mencari SD yang menyelenggarakan pembelajaran akuatik secara rutin. Penelitian ini juga merujuk pada satu kelas yaitu kelas IV SD sehingga peneliti harus mencari SD yang juga melibatkan siswa kelas IV dalam pembelajaran akuatik. Rata-rata untuk tingkat sekolah dasar (SD) hanya menyelenggarakan ekstrakurikuler renang dengan peserta kelas 1-5.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan Tentang Produk

Simpulan dari hasil penelitian dan pengembangan ini yaitu menghasilkan produk berupa instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD. Gambaran pelaksanaan tes dengan instrumen ini dapat dilihat dilaman youtube https://youtu.be/iMtoLTF_3-w Instrumen ini disusun ke dalam lima indikator penilaian yaitu: posisi tubuh pada saat meluncur dan saat berenang, gerakan tungkai, gerakan lengan, gerakan pengambilan nafas, serta gerakan koordinasi keseluruhan. Instrumen ini mempunyai validitas isi dengan rata-rata nilai 0,938. Validasi isi melibatkan enam ahli materi untuk melakukan penilaian terhadap isi dari instrumen yang telah dibuat. Reliabilitas instrumen ini sebesar 0,858 ditentukan dengan pendekatan *test re-test* kemudian dikorelasikan menggunakan rumus *Pearson Product Moment*.

B. Saran Pemanfaatan Produk

1. Instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* ini perlu di uji cobakan pada skala besar untuk menggali data yang lebih luas, serta mencari kekurangan dan keefektifan instrumen ini.
2. Instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* ini dapat digunakan guru dalam melakukan evaluasi pembelajaran akuatik khusus untuk siswa kelas IV SD dan tidak disarankan untuk digunakan kepada

siswa kelas lain. Hal itu karena instrumen tes ini telah disesuaikan dengan kompetensi dasar pembelajaran akuatik kelas IV.

C. Diseminasi dan Pengembangan Produk Lebih Lanjut

1. Instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* siswa kelas IV SD perlu diperdalam lagi sehingga penilaian lebih maksimal dan lebih detail.
2. Instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl* Perlu dikembangkan lagi sarannya bisa lebih luas sehingga produk ini lebih teruji dalam penilaian.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Bustanul. (2013). *Pengembangan Gerak Dasar Renang Untuk Anak Sekolah Dasar*. Ejournal UMM.
- Arifin, Zaenal. (2010). *Evaluasi Pembelajaran (Prinsip, Teknik, dan Prosedur)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Azwar, S. (2012). *Realibilitas dan Validitas*. Edisi 4. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bakhtiar, S. (2015). *Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*. Padang: UNP Press Padang.
- David G. Thomas. (2006). *Renang Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- David, H. (2007). *Belajar Berenang*. Bandung: Pionir Jaya.
- Gall, Meredith, Damien. and Brog, W.R. (1983). *Educational Research: An Introduction Fourth Edition*. New York: Logman Inc.
- Guntur, *Penilaian Berbasis Kinerja (performanca-based assesment) pada Pendidikan Jasmani*. FIK UNY: JPO FIK UNY.
- Kunandar. (2013). *Penilaian Autentik (Penilaian Hasil Belajar Peserta Didik Berdasarkan Kurikulum 2013)*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Ma'un, A & Yudha M Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Muktiani, N. (2014). *Identifikasi Kesulitan Belajar Dasar Gerak Pencak Silat Pada Mahasiswa PJKR Bersubsidi Di FIK UNY*. UNY: JPO FIK UNY.
- Ngatman. (2017). *Evaluasi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jawa Tengah: CV. Sarnu Untung.
- Rahayubi, H. (2012). *Teori-Teori Belajar Dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Nusa Media.

- Rahima, Atiq. A, dan Yunitaningrum. W. (2013). *Keterampilan Gaya Bebas (Crawl) Dalam Olahraga Renang Pada Mahasiswa Penjaskesrek Untan Angkatan 2013*. UNTAN: FKIP.
- Robbins, S. P. (2009). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Setiawan, T.T. (2009). *Stroke Rate (SR) and Stroke Length (SL) Freestyle Swimmer Indonesian Student Participants POPNAS 2009*. UNNES.
- Sholikhin, N.M. (2016). *Tingkat Kemampuan Renang Gaya Crawl Dalam Menempuh Jarak 25 Meter Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi. Yogyakarta: UNY.
- Siswoyo, D. dkk. (2011). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta. UNY Pres.
- Solihin, O.A., dan Sriningsih. (2016). *Pintar Belajar Renang*. Bandung. Alfabeta.
- Subagyo, (2018). *Belajar Berenang Bagi Pemula*. Yogyakarta: LPPMP UNY.
- Sudijono, A. (1996). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakrta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyanto Fx. (1987). *Beberapa Pola Teknik dan Kesalahan Umum di dalam Renang Gaya Crawl*. Yogyakarta: IKIP.
- Sugiyono. (2011). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung. Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan RnD*. Bandung. Alfabeta.
- Suherman, W.S, dkk. (2018). *Kurikulum Pendidikan Jasmani Dari Teori Hingga Evaluasi Kurikulum*. Depok: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sukmadinata, N.S. (2004). *Kurikulum dan Pembelajaran Kompetensi*. Bandung: Kesuma Karya.
- Suryatna, E., dan Suherman, Adang. (2001). *Pembelajaran Renang Di Sekolah Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Susanto, E. (2010). *Pengembangan Tes Keterampilan RenanG Anak Usia Prasekolah*. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan* 146-165. FIK UNY

- Sridadi. (2014). *Penyusunan Norma Penilaian Tes Koordinasi Mata, Tangan dan Kaki*. UNY: JPO FIK UNY.
- Sridadi, dan Utama, B. AM. (2016). *Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Dasar Bolatangan Bagi Mahasiswa*. UNY. JPO FIK UNY.
- Tim Penyusun. (1989). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Winarno. M. E. (2016). *Pengembangan Instrumen Penelitian Pendidikan Jasmani Olahraga*. UNM: Prosding Seminar Nasional Peran Pendidikan Jasmani Dalam Menyangga Interdisipliner Ilmu Keolahragaan.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan Pembimbing TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 513092,586168

Nomor : 4.c/PGSD Penjas/I/2020
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Ibu Nur Sita Utami, M.Or.**
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM : 16604221042
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV Di SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 7 Januari 2020
Koord. Prodi PGSD Penjas.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Tembuan :
1. Prodi
2. Ybs

Lampiran 2. Surat Izin Uji Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat: Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55261
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550026, Fax 0274-513882
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: kumas_fik@uny.ac.id

Nomor : 54/UN34.16/LT/2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

29 Januari 2020

Yth . Yth: Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Karangkajen Yogyakarta
Di Jl. Menukan No.2, Brontokusuman, Kec. Mergangsan, Kota Yogyakarta, Daerah
Istimewa Yogyakarta 55153, Indonesia

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Tbu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM : 16604221042
Program Studi : Pgsd Penjas - S1
Judul Tugas Akhir : Tingkat Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya Crawl Siswa Kelas I
SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta
Waktu Uji Instrumen : 31 Januari - 1 Februari 2020

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.
Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes.
NIP. 197203101999031002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 114/UN34.16/PP.01/2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

29 Januari 2020

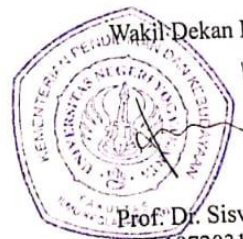
**Yth . Yth. Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta
Di Jalan Nyi Pembayun 20; Kotagede, ... SD Muhammadiyah Kleco 1, Kotagede,
Yogyakarta, Indonesia.**

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM : 16604221042
Program Studi : Pgsd Penjas - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya Crawl Siswa Kelas IV
SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta
Waktu Penelitian : Kamis - Jumat, 6 - 7 Februari 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes.
NIP 19720310 199903 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian Pemda DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
Kepatihan Daniurejan Yogyakarta Telepon (0274) 562811 Fax/mill (0274) 588613
Website : jogjaprovo.go.id Email : saantel@jogjaprovo.go.id Kode Pos 55213

Yogyakarta, 19 Februari 2018

Kepada Yth. :

1. Kepala Instansi Vertikal se-DIY
2. Kepala Dinas/Badan/Kantor di lingkup DIY
3. Bupati/Walikota se-DIY
4. Rektor PTN/PTS se-DIY

Di Tempat

SURAT EDARAN

NOMOR: 070/012.18

TENTANG

PENERBITAN SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Berdasarkan Peraturan Menteri Dalam Negeri No.3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian maka disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Bahwa untuk tertib administrasi dan pengendalian pelaksanaan penelitian dalam rangka kewaspadaan dini perlu dikeluarkan Surat Keterangan Penelitian (SKP) sehingga produk yang dikeluarkan bukan Surat Rekomendasi Penelitian melainkan Surat Keterangan Penelitian;
2. Penelitian yang dilakukan dalam rangka tugas akhir pendidikan/sekolah dari tempat pendidikan/sekolah di dalam negeri dan penelitian yang dilakukan Instansi pemerintah yang sumber pendanaan penelitiannya bersumber dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara/Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah tidak perlu menggunakan Surat Keterangan Penelitian.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memperbanyak dan mensosialisasikan kepada pejabat dan pegawai di lingkungan kerja Bapak/Ibu/Saudara serta membantu menyebarkan kepada masyarakat umum. Atas perhatiannya, kami ucapkan terimakasih.

Ditetapkan di Yogyakarta
Pada tanggal

a.n. GUBERNUR
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIS DAERAH



Setot Septadi

5909021988031003

Lampiran 5. Surat Pengantar Validasi Ahli Materi Renang

SURAT PENGANTAR VALIDASI

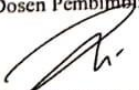
Kepada Yth,
Hedi A, Hermawan M.Or
Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY
Dengan hormat,


Yang bertanda tangan di bawah ini selaku dosen pembimbing dari mahasiswa :

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha
Nim : 16604221042
Program Studi : PGSD Penjas

Memohon kesediaan bapak sebagai *expert judgment* dalam mempertimbangkan dan menilai validasi isi pada instrument penelitian skripsi yang berjudul "Pengembangan Instrumen Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD"

Demikian surat pengantar ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana semestinya. Atas perhatian dan bantuan yang diberikan saya mengucapkan terimakasih.

Mengetahui,
Dosen Pembimbing

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

Yogyakarta 3 Januari 2020
Peneliti

Muhammad Nasikh Furqoni A
NIM. 16604221042

Lampiran 6. Surat Pengantar Validasi Ahli Materi Tes & Pengukuran

SURAT PENGANTAR VALIDASI

Kepada Yth,
Danang Pujo Broto, S.Pd.Jas., M.Or
Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY
Dengan hormat,


Yang bertanda tangan di bawah ini selaku dosen pembimbing dari mahasiswa :

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha
Nim : 16604221042
Program Studi : PGSD Penjas

Memohon kesediaan bapak sebagai *expert judgment* dalam mempertimbangkan dan menilai validasi isi pada instrument penelitian skripsi yang berjudul "Pengembangan Instrumen Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD"


Demikian surat pengantar ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana semestinya. Atas perhatian dan bantuan yang diberikan saya mengucapkan terimakasih.

Mengetahui,
Dosen Pembimbing


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

Yogyakarta 3 Januari 2020

Peneliti


Muhammad Nasikh Furqoni A
NIM. 16604221042

Lampiran 7. Surat Keterangan Ahli Materi Renang

SURAT KETERANGAN AHLI MATERI RENANG

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa:

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha

NIM : 16604221042

Program Studi : PGSD Penjas

Benar telah membuat instrumen tes yang disusun untuk penelitian dalam rangka penyelesaian tugas akhir dengan judul "Pengembangan Instrumen Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD".

Telah disetujui dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian penyelesaian tugas akhir skripsi.

Demikian surat keterangan ini dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Februari 2020



Hedi A. Hermawan, M.Or
NIP: 19770218 200801 1 002

Lampiran 8. Surat Keterangan Ahli Materi Tes & Pengukuran

SURAT KETERANGAN AHLI MATERI TES DAN PENGUKURAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa:

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha

NIM : 16604221042

Program Studi : PGSD Penjas

Benar telah membuat instrumen tes yang disusun untuk penelitian dalam rangka penyelesaian tugas akhir dengan judul “Pengembangan Instrumen Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl* Siswa Kelas IV SD”.

Telah disetujui dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian penyelesaian tugas akhir skripsi.

Demikian surat keterangan ini dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Februari 2020



Danang Pujo Broto, S.Pd.Jas., M.Or
NIP: 19880216 204041 1 001

Lampiran 9. Lembar Evaluasi Ahli Materi

Lembar Evaluasi Ahli Materi

No	Kriteria Penilaian	Penilaian			
		1	2	3	4
1	Kesesuaian isi materi instrumen pada posisi tubuh(meluncur).				✓
2	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan tungkai.				✓
3	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan lengan.				✓
4	Kesesuaian isi materi instrumen pada pengambilan nafas.				✓
5	Kesesuaian isi materi instrumen pada koordinasi gerakan keseluruhan.				✓

Kolom saran dan masukan:

Keterangan skor:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang

Yogyakarta 3 Februari 2020



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

Lembar Evaluasi Ahli Materi

No	Kriteria Penilaian	Penilaian			
		1	2	3	4
1	Kesesuaian isi materi instrumen pada posisi tubuh (meluncur).				✓
2	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan tungkai.				✓
3	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan lengan.				✓
4	Kesesuaian isi materi instrumen pada pengambilan nafas.				✓
5	Kesesuaian isi materi instrumen pada koordinasi gerakan keseluruhan.				✓

Kolom saran dan masukan:

Keterangan skor:

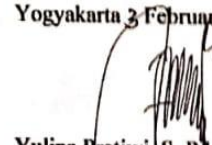
4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang

Yogyakarta 3 Februari 2020



Yulina Pratiwi, S. Pd., Jas., M.Or
NBM. 1.238.131

Lembar Evaluasi Ahli Materi

No	Kriteria Penilaian	Penilaian			
		1	2	3	4
1	Kesesuaian isi materi instrumen pada posisi tubuh(meluncur).				✓
2	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan tungkai.			✓	
3	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan lengan.			✓	
4	Kesesuaian isi materi instrumen pada pengambilan nafas.				✓
5	Kesesuaian isi materi instrumen pada koordinasi gerakan keseluruhan.			✓	

Kolom saran dan masukan:

Keterangan skor:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang

Yogyakarta 3 Februari 2020



Trivia Agustin, S.Pd.Jas
NBM

Lembar Evaluasi Ahli Materi

No	Kriteria Penilaian	Penilaian			
		1	2	3	4
1	Kesesuaian isi materi instrumen pada posisi tubuh(meluncur).				✓
2	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan tungkai.				✓
3	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan lengan.				✓
4	Kesesuaian isi materi instrumen pada pengambilan nafas.				✓
5	Kesesuaian isi materi instrumen pada koordinasi gerakan keseluruhan.				✓

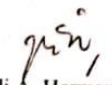
Kolom saran dan masukan:

Belum di ujicobakan.

Keterangan skor:

- 4 = Sangat Baik
- 3 = Baik
- 2 = Cukup
- 1 = Kurang

Yogyakarta 3 Februari 2020


Hedi A. Hermawan, M.Or
NIP: 19770218 200801 1 002

Lembar Evaluasi Ahli Materi

No	Kriteria Penilaian	Penilaian			
		1	2	3	4
1	Kesesuaian isi materi instrumen pada posisi tubuh(meluncur).				✓
2	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan tungkai.				✓
3	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan lengan.				✓
4	Kesesuaian isi materi instrumen pada pengambilan nafas.				✓
5	Kesesuaian isi materi instrumen pada koordinasi gerakan keseluruhan.				✓

Kolom saran dan masukan:

Keterangan skor:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang

Yogyakarta 3 Februari 2020



Pandu Atmojo, S.Pd.Jas
NBM. 121176

Lembar Evaluasi Ahli Materi

No	Kriteria Penilaian	Penilaian			
		1	2	3	4
1	Kesesuaian isi materi instrumen pada posisi tubuh(meluncur).			✓	
2	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan tungkai.				✓
3	Kesesuaian isi materi instrumen pada gerakan lengan.				✓
4	Kesesuaian isi materi instrumen pada pengambilan nafas.			✓	
5	Kesesuaian isi materi instrumen pada koordinasi gerakan keseluruhan.				✓

Kolom saran dan masukan:

Keterangan skor:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang

Yogyakarta 3 Februari 2020



Danang Pujo Broto, S.Pd.Jas., M.Or
NIP: 19880216 204041 1 001

Lampiran 10. Surat Keterangan Uji Instrumen



PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA
MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
SD MUHAMMADIYAH KARANGKAJEN I
Terakreditasi A Tahun 2015
Alamat Jalan Menukan 2, Brontokusuman, Mergangsan, Yogyakarta 55153, Telp. (0274) 372532

SURAT KETERANGAN

Nomor : 26/KET/III.4.AU.107/1/2020

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tri Nugroho, S.Pd
NBM : 977.081
Jabatan : Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Karangkajen I

Menerangkan bahwa :

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adina
NIM : 16604221042
Prodi : S-1 PGSD Penjas UNY
Judul Tugas Akhir : Pengembangan Instrumen Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya Crawl
Siswa Kelas IV SD

Telah melakukan uji coba instrumen di SD Muhammadiyah Karangkajen I Yogyakarta yang dilaksanakan pada 1 Februari 2020.

Demikian surat keterangan dibuat dengan sebenar-benarnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 5 Maret 2020
Kepala Sekolah

Tri Nugroho, S.Pd.
NBM: 977.081

Lampiran 11. Surat Keterangan Penelitian



PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA
MUHAMMADIYAH MAJELIS DIKDASMEN
SD MUHAMMADIYAH KLECO 1
"Terakreditasi A Tahun 2017"
Jln. Nyi Pembayun 20 Kotagede Yogyakarta 55172 Tlp. 0274-412662
Jln. Tegalgendu No.3 Kotagede Yogyakarta 55172 Tlp. 0274-4340628

SURAT KETERANGAN Nomor : 072/KET/III.4.AU.111/B/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Kleco 1, Kotagede, Yogyakarta, dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Muhammad Nasikh Furqoni Adha
NIM : 16604221042
Status : Mahasiswa S 1 program studi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian untuk penulisan tugas akhir skripsi pada Kamis-Jum'at, 06-07 Februari 2020 di SD Muhammadiyah Kleco 1 Kotagede Yogyakarta".

Demikian surat keterangan ini kami buat, dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Lampiran 12. Data Penelitian Tes Kemampuan Renang Gaya *Crawl*

siswa	Hasil Tes Pertama						Hasil Tes Kedua					
	posisi tubuh	tungkai	tangan	nafas	koordinasi	jumlah	posisi tubuh	tungkai	tangan	nafas	koordinasi	jumlah
adyatama bagas	2	2	2	3	2	11	2	2	2	3	3	12
albi rasya	2	3	2	2	2	11	2	3	2	2	2	11
m. raka	2	2	2	2	2	10	2	2	3	2	2	11
shihab m	3	2	3	3	3	14	3	2	3	3	3	14
m satrio	3	2	3	3	3	14	3	3	3	3	3	15
agha rafi	2	3	2	2	2	11	3	3	3	2	3	14
geo roga p	2	2	3	2	2	11	2	2	3	2	2	11
m rais	3	2	2	3	3	13	3	3	3	3	3	15
jonatan d	2	3	2	3	3	13	3	3	3	3	3	15
rafa putra	2	2	3	2	3	12	2	2	3	2	2	11
nesya trisna	2	2	2	2	2	10	3	2	3	2	3	13
marsha nada	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	2	10
aulia zahra	2	2	2	3	3	12	2	3	2	3	3	13
inkrah m	1	2	2	1	2	8	2	2	2	1	3	10
niken ayu	1	2	1	1	1	6	2	3	1	1	1	8
carissa ayu	1	2	2	1	1	7	1	3	2	1	2	9
sandioriva	2	3	2	2	3	12	2	3	2	2	3	12
anisa salma	1	1	1	1	1	5	2	2	2	1	1	8
raisha aera	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	3	15
nasywa aurellia	2	2	2	2	2	10	3	3	2	2	2	12
anezka z	3	2	1	2	3	11	3	3	2	3	3	14
dzakia talita	3	3	2	2	2	12	3	2	2	2	3	12
nadia salsabila	3	3	2	2	3	13	3	3	2	2	3	13
hizra keyza	3	2	2	2	3	12	3	2	2	2	3	12
kho'llia aurora	3	2	2	3	3	13	3	2	2	3	3	13
zizo arrya	2	3	3	3	2	13	3	3	3	3	3	15
altaf ardan	3	3	3	2	2	13	2	3	3	2	2	12
tegar bintang	2	2	2	2	2	10	2	2	2	2	2	10
ahmad baihaqi	3	2	2	3	2	12	3	3	3	2	2	13
muhammad ahsan	2	3	3	2	2	12	3	3	3	2	2	13

Lampiran 13. Kompetensi Inti Dan Kompetensi Dasar Kelas IV

KELAS: IV

Tujuan kurikulum mencakup empat kompetensi, yaitu (1) kompetensi sikap spiritual, (2) sikap sosial, (3) pengetahuan, dan (4) keterampilan. Kompetensi tersebut dicapai melalui proses pembelajaran intrakurikuler, kokurikuler, dan/atau ekstrakurikuler.

Rumusan Kompetensi Sikap Spiritual yaitu, “Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya”. Adapun rumusan Kompetensi Sikap Sosial yaitu, “Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga”. Kedua kompetensi tersebut dicapai melalui pembelajaran tidak langsung (*indirect teaching*), yaitu keteladanan, pembiasaan, dan budaya sekolah dengan memperhatikan karakteristik mata pelajaran, serta kebutuhan dan kondisi peserta didik.

Penumbuhan dan pengembangan kompetensi sikap dilakukan sepanjang proses pembelajaran berlangsung, dan dapat digunakan sebagai pertimbangan guru dalam mengembangkan karakter peserta didik lebih lanjut.

Kompetensi Pengetahuan dan Kompetensi Keterampilan dirumuskan sebagai berikut ini.

KOMPETENSI INTI 3 (PENGETAHUAN)	KOMPETENSI INTI 4 (KETERAMPILAN)
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain	4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

3.4	Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**	4.4	Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**
3.5	Memahami berbagai bentuk aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai latihan; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk mencapai berat badan ideal	4.5	Mempraktikkan berbagai aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk latihan; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk mencapai berat badan ideal
3.6	Menerapkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai	4.6	Mempraktikkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai
3.7	Menerapkan variasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama	4.7	Mempraktikkan variasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama
3.8	Memahami gerak dasar satu gaya renang***	4.8	Mempraktikkan gerak dasar satu gaya renang ***
3.9	Memahami jenis cedera dan cara penanggulangannya secara sederhana saat melakukan aktivitas fisik dan dalam kehidupan sehari-hari	4.9	Mendemonstrasikan cara penanggulangan jenis cedera secara sederhana saat melakukan aktivitas fisik dan dalam kehidupan sehari-hari.

Lampiran 14. RPP Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl*

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
PJOK**

Satuan Pendidikan : SD Muhammadiyah Kleco Kotagede
Kelas / Semester : 4 / 2
Pelajaran : 8
Tema : Gerak Dasar Renang
Sub Tema : Renang Gaya *Crawl*
Pertemuan : 1
Alokasi waktu : 90 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya Berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis, dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan: PJOK

No	Kompetensi	Indikator
3.8	Memahami prosedur gerak dasar satu gaya renang.	3.8.1 Menyebutkan prosedur gerak dasar renang gaya <i>crawl</i> dengan tepat. 3.8.2 Menjelaskan prosedur gerak dasar renang gaya <i>crawl</i> dengan tepat.
4.8	Mempraktikkan prosedur gerak dasar satu gaya renang.	4.8.1 Melatih gerak dasar renang gaya <i>crawl</i> dengan tepat. 4.8.2 Mempraktikkan gerak dasar renang gaya <i>crawl</i> dengan tepat.

C. TUJUAN

1. Dengan mempraktikkan gerak dasar renang , siswa mampu menjelaskan dasar – dasar pada renang gaya *crawl*

2. Dengan mempraktikkan gerak dasar renang , siswa mampu menghayati dasar – dasar gerak pada renang gaya *crawl* dengan baik

D. MATERI

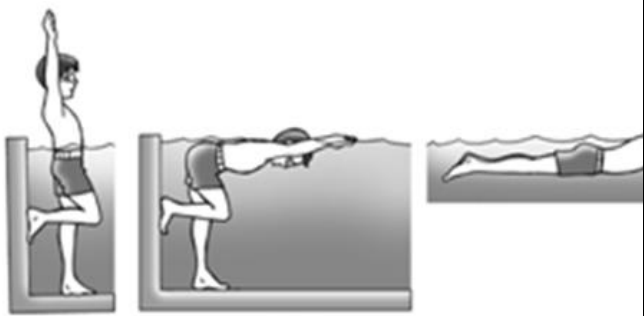
Renang Gaya *Crawl*

E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*
 Strategi : *Cooperative Learning*
 Teknik : *Example Non Example*
 Metode : Permainan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa. 2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa siswa yang hari ini datang paling awal. (Religius dan Integritas) 3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya sita-cita. 4. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. Guru memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat Nasionalisme. 5. Mengulas sedikit materi yang telah disampaikan hari sebelumnya 6. Guru menyiapkan fisik dan psikhis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak. 7. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini. 8. Pada awal pelajaran, guru menyampaikan kepada siswa mereka akan bermain di luar kelas. 9. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan. (Creativity and Innovation) 	10 Menit

<p>Kegiatan Inti</p>	<p>A. Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang Gerak Dasar Renang Gaya <i>Crawl</i>. (Communication)  <p>B. Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan. 2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (Critical Thinking and Problem Solving) <p>C. Menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan Renang Gaya <i>Crawl</i>. (Collaboration, Communication) 2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak. 3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan cara Renang Gaya <i>Crawl</i> dengan bimbingan guru. (Creativity and Innovation) 4. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan. (Communication) 5. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. <p>D. Mencoba</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa melakukan kegiatan Renang Gaya <i>Crawl</i> dengan langkah-langkah sebagai berikut : (Creativity and Innovation) <ul style="list-style-type: none"> • Sebelum memulai kegiatan Renang 	<p>150 menit</p>
-----------------------------	---	----------------------

	<p>Gaya <i>Crawl</i> , guru harus mempelajari teknik Renang Gaya <i>Crawl</i> setahap demi setahap sampai mahir.</p> <ul style="list-style-type: none"> Guru melakukan gerak pertama yaitu meluncur, gerakan kaki, gerakan tangan, nafas. <p>E. Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none"> Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada teman temanya. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lisan di depan teman dan guru. (Communication) 	
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan. Guru mengingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga. Sebagai penutup, siswa diminta melakukan refleksi kegiatan yang sudah mereka lakukan sepanjang hari ini. (Critical Thinking and Problem Solving) Guru menyampaikan pesan moral hari ini dengan bijak Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius) 	15 menit

F. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan praktek/unjuk kerja .

1. Pengamatan Sikap

Lembar Observasi Penilaian Sikap Sosial

No	Nama Siswa	Jujur		Disiplin		Tanggung jawab		Santun		Percaya Diri	
		BS	PB	BS	PB	BS	PB	BS	PB	BS	PB

Ket :
 BS : Baik Sekali
 PB : Perlu Bimbingan

2. Penilaian Keterampilan

Melakukan sikap gerak dasar pada renang gaya *crawl*.

Kriteria	Sangat Baik (86-100)	Baik (71-85)	Cukup (61-70)	Perlu Bimbingan (≤ 60)

G. Remedial dan Pengayaan

1. Remedial

Dari hasil evaluasi kegiatan penilaian harian, bagi siswa yang belum memahami materi secara baik diberikan proses ulasan dan pengulangan sehingga memiliki keterampilan dan pemahaman yang sesuai.

2. Pengayaan

Apabila masih tersisa waktu, guru membahas kembali materi hari untuk menambah wawasan dan pemahaman siswa.

H. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku BSE Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan Kelas IV, Lasinem & Sri Santoso Sabirini, 2010.
2. BSE KTSP
3. Internet
4. Media pembelajaran SD/MI untuk kelas 4 dari SCI Media.
5. Video/slide/gambar renang gaya *crawl* dari media ajar guru Indonesia SCI Media.

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui,
Kepala SD MUHAMMADIYAH KLECO



Yogyakarta, Oktober 2019
Peserta

A stylized handwritten signature in black ink, appearing to read "Atmojo".

PANDU ATMOJO., S. Pd. Jas.
NBM. 1211716

Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian



Foto bersama guru PJOK SD Muhammadiyah Kleco Yogyakarta



Siswa Putra Kelas IV Melaksanakan Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl*



Siswa Putri Kelas IV Melaksanakan Tes Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya *Crawl*