

**TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS XI SMK
DIRGANTARA PUTRA BANGSA YOGYAKARTA
TERHADAP RENANG GAYA *CRAWL* DAN
KESELAMATAN AIR**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana



Oleh:

Faiz Faishal Huda

18601244030

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS XI SMK DIRGANTARA
PUTRA BANGSA YOGYAKARTA TERHADAP RENANG GAYA *CRAWL*
DAN KESELAMATAN AIR**



Disusun Oleh:

Faiz Faishal Huda
18601244030

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Agustus 2022

Mengetahui,
An. Koordinator Program Studi

Disetujui,
Dosen Pembimbing

Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
NIP. 197702182008011002

Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
NIP. 197702182008011002

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Faiz Faishal Huda

NIM : 18601244030

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas XI SMK
Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Terhadap Renang
Gaya *Crawl* Dan Keselamatan Air

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, Agustus 2022

Yang Menyatakan,



Faiz Faishal Huda
NIM. 18601244030

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS XI SMK DIRGANTARA
PUTRA BANGSA YOGYAKARTA TERHADAP RENANG GAYA CRAWL
DAN KESELAMATAN AIR

Disusun oleh
Faiz Fajshal Huda
18601244030


Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 07 September 2022

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda tangan	Tanggal
Dr. Hedi Ardiyanto H, S.Pd., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		30/9/2022
Drs. Sridadi, M.Pd. Sekertaris		15/9/2022
Dr. Ermawan Susanto, M.Pd. Penguji		14/9/2022

Yogyakarta, 25 Oktober 2022
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


Prof. Dr. Wiywan S. Suherman, M. Ed
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

1. Terus berusaha dan selalu bersyukur (Penulis)
2. Disiplin dalam tindakan diawali dengan disiplin dalam pemikiran, tetap semangat untuk mengusahakan walau sudah ada yang menakdirkan (Penulis)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil ‘Alamin, Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan Rahmat, Karunia dan Ridha-Nya sehingga penulis diberikan banyak kemudahan dan kelancaran dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Karya ini penulis persembahkan kepada orang-orang yang punya makna sangat istimewa bagi kehidupan penulis, diantaranya:

1. Kedua orang tua, Bapak Agus Zamroni dan Ibu Vita Eka Kusumawati yang senantiasa memberikan dukungan baik berupa semangat dan doa yang tiada henti sehingga akhirnya terselesaikan tugas akhir skripsi ini.
2. Istriku Nindy Dyah Gapuraning Dinda Ayu yang selalu memberikan semangat dan doa. Semoga Allah senantiasa memberikan rahmat dan berkahnya untuk kita semua, sehingga dapat menjalani kehidupan dengan lebih dari sekedar baik dan semoga suatu saat nanti semua dapat dipersatukan kembali dalam surga Allah Swt.

**TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS XI SMK
DIRGANTARA PUTRA BANGSA YOGYAKARTA
TERHADAP RENANG GAYA CRAWL DAN
KESELAMATAN AIR**

Oleh:

Faiz Faishal Huda
18601244030

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta terhadap olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta yang berjumlah 87 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes pilihan ganda. Instrumen untuk mengukur tingkat pemahaman terhadap olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pemahaman terhadap olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 14,9% (13 siswa), “tinggi” sebesar 4,6% (4 siswa), “cukup” sebesar 52,9% (46 siswa), “kurang” sebesar 20,7% (18 siswa), dan “sangat kurang” sebesar 6,9% (6 siswa).

Kata kunci: Pemahaman, olahraga renang, siswa kelas XI

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Pemurah, atas segala limpahan kasih dan karunia-Nya, sehingga penulis skripsi dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas XI Smk Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Terhadap Renang Gaya *Crawl* dan Keselamatan Air”.

Penulis skripsi sadar bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak dapat terwujud. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis skripsi menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar membimbing serta memberikan saran dan arahan kepada penulis sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Drs. Sridadi, M.Pd. selaku Validator instrumen penelitian TAS yang memberikan saran sehingga penelitian TAS dapat terlaksana sesuai dengan tujuan.
3. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., Bapak Drs. Sridadi, M.Pd., dan Bapak Dr. Ermawan Susanto, M.Pd. selaku Ketua Penguji, sekretaris, dan penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
4. Alm. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M. Kes., AIFO. selaku Ketua Jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan dan juga Koordinator Program Studi PJKR yang telah memberikan banyak pengarahan untuk cepat menyelesaikan studi.
5. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.

6. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M. Kes selaku Rektor UNY atas pemberian kesempatan dalam menempuh studi S1.
7. Bapak Danang Pujo Broto, S.Pd.Jas., M.Or. selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu membimbing.
8. Seluruh dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY yang telah membekali ilmu yang sangat berguna bagi penulis untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi.
9. Seluruh staf pegawai Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY yang telah memberi pelayanan yang terbaik selama proses penelitian dalam tugas akhir skripsi.
10. Kedua orang tua saya dan adik saya tercinta yang telah selalu menyayangi dan mendoakan untuk kebaikan saya.
11. Siswa siswi kelas 11 SMK Dirgantara Putra Bangsa yang telah meluangkan waktu untuk mengisi kuisioner.
12. Teman-teman PJKR E 2018 yang selalu bekerjasama dan berbagi kebahagiaan selama perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sangat diharapkan. Harapan kami semoga penulisan Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, baik mahasiswa, dosen, maupun masyarakat.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan masalah	8
D. Rumusan masalah.....	8
E. Tujuan penelitian	9
F. Manfaat penelitian	9
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	11
A. Deskripsi Teori.....	11
1. Hakikat Konsep Berpikir.....	17
2. Hakikat Pemahaman.....	11
3. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani	24
4. Hakikat Olahraga Renang	30
5. Keselamatan Air.....	39
6. Karakteristik Siswa SMK.....	42

B. Kajian Hasil Penelitian yang Relevan	44
C. Kerangka Berpikir	46
BAB III. METODE PENELITIAN	49
A. Desain Penelitian.....	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian	49
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	49
D. Populasi dan Sampel	50
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	51
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	53
G. Teknik Analisis Data.....	58
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	61
A. Hasil Penelitian	61
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	68
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	73
A. Kesimpulan	73
B. Implikasi	73
C. Keterbatasan Penelitian	74
D. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	76
DAFTAR LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rincian Sampel Penelitian	51
Tabel 2. Kisi-kisi Uji Coba Instrumen	52
Tabel 3. Uji Validitas	55
Tabel 4. Uji Reliabilitas	56
Tabel 5. Kriteria Tingkat Kesukaran.....	57
Tabel 6. Klasifikasi Pembeda.....	58
Tabel 7. Kisi-kisi Instrumen.....	58
Tabel 8. Kategori Skor Berdasarkan Kurva Penilaian	59
Tabel 9. Deskripsi Data Hasil Penelitian	63
Tabel 10. Kategori tingkat pemahaman terhadap renang gaya <i>crawl</i> dan keselamatan air.....	64
Tabel 11. Kategori tingkat pemahaman terhadap renang gaya <i>crawl</i>	66
Tabel 12. Kategori tingkat pemahaman terhadap keselamatan air	68

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Taksonomi Bloom.....	22
Gambar 2. Gerakan gaya <i>crawl</i>	34
Gambar 3. Gerakan gaya <i>crawl</i>	35
Gambar 4 Gerakan gaya <i>crawl</i>	35
Gambar 5. Gerakan gaya <i>crawl</i>	35
Gambar 6. Gerakan gaya <i>crawl</i>	36
Gambar 7. Gerakan gaya <i>crawl</i>	36
Gambar 8. Gerakan gaya <i>crawl</i>	36
Gambar 9. Gerakan gaya <i>crawl</i>	36
Gambar 10. Gerakan gaya <i>crawl</i>	37
Gambar 11. Gerakan gaya <i>crawl</i>	37
Gambar 12. Gerakan gaya <i>crawl</i>	37
Gambar 13. Gerakan gaya <i>crawl</i>	37
Gambar 14. Gerakan gaya <i>crawl</i>	38
Gambar 15. Gerakan gaya <i>crawl</i>	38
Gambar 16. Gerakan gaya <i>crawl</i>	38
Gambar 17. Gerakan gaya <i>crawl</i>	39
Gambar 18. Gerakan gaya <i>crawl</i>	39
Gambar 19. Diagram Pemahaman renang gaya <i>crawl</i> dan keselamatan air	64
Gambar 20. Diagram Pemahaman terhadap renang gaya <i>crawl</i>	66
Gambar 21. Diagram Pemahaman terhadap keselamatan air.....	68

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 2. Surat Bimbingan	83
Lampiran 3. Surat Pernyataan Validasi Instrumen	84
Lampiran 4. Instrumen Penelitian	85
Lampiran 5. Data Penelitian.....	89
Lampiran 6. Hasil Uji Statistik Data	93
Lampiran 6. Hasil Uji Statistik Data	93
Lampiran 7. Google Form Intumen Penelitian	96

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu faktor yang penting dalam kehidupan seseorang adalah pendidikan, karena melalui pendidikan seseorang dapat meningkatkan kecerdasan, keterampilan, mengembangkan potensi diri dan dapat membentuk pribadi yang lebih bertanggungjawab, cerdas, dan kreatif. Menurut Sulistyono (2013: 1) pendidikan sebagai usaha sadar bagi pengembangan manusia dan masyarakat, mendasarkan pada landasan pemikiran tertentu. Dengan kata lain, upaya memanusiakan manusia melalui pendidikan, didasarkan atas pandangan hidup atau filsafat hidup, bahkan latar belakang sosiokultural tiap-tiap masyarakat, serta pemikiran-pemikiran psikologis tertentu.

Dalam proses pendidikan dapat dibagi menjadi tiga bidang yaitu pendidikan formal, informal, dan non formal. Pendidikan formal adalah kegiatan yang sistematis, berstruktur, bertingkat, berjenjang, dimulai dari sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi dan yang setaraf dengannya. Dengan kata lain pendidikan formal berlangsung secara resmi, terencana dan terperinci. Pendidikan informal adalah pendidikan yang didapat oleh setiap orang dari pengalaman hidup dilingkungan pekerjaan, maupun pergaulannya dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan pendidikan non formal adalah pendidikan luar sekolah yang dilakukan secara tidak sengaja, teratur dan sistematis, namun tidak terlalu ketat seperti sekolah yang bersifat fungsional

dan praktis serta bertujuan memberikan pemahaman, kemampuan, dan keterampilan untuk bekerja di masyarakat.

Dalam pembelajaran satuan pendidikan terdapat berbagai mata pelajaran yang harus dipelajari, salah satunya mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK). PJOK adalah pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani yang ada di sekolah telah didesain sedemikian rupa dengan tujuan untuk meningkatkan kognitif, afektif, dan psikomotor siswanya. Di samping hal tersebut, pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aktivitas-aktivitas jasmani sehingga memperoleh pengalaman yang berharga untuk bekal kehidupan seperti kecerdasan, kerjasama, emosi, dan keterampilan.

Sesuai dengan kurikulum yang ada sebagai acuan guru untuk melaksanakan proses pembelajaran yang ada di sekolah salah satu materi pembelajaran pendidikan jasmani yang ada di sekolah salah satunya adalah renang. Pembelajaran renang merupakan pembelajaran yang dilakukan di dalam air maka tentunya akan memiliki kesulitan tersendiri dibandingkan dengan pembelajaran jasmani biasa yang dilakukan di darat. Selain dari gaya mengajar yang diterapkan oleh guru dalam proses pembelajarann renang, kemampuan dan tingkat pemahaman siswa tentang teknik dasar dalam pembelajaran renang juga sangat mempengaruhi terhadap ketercapaian proses pembelajaran. Pembelajaran berbasis kurikulum 2013 (K-13) membawa

konsekuensi guru yang harus semakin berkualitas dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran.

Pembelajaran K-13 mengamanatkan penerapan pendekatan saintifik (5M) yang meliputi mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, menalar/mengasosiasikan, dan mengomunikasikan. Pemerintah mengharapkan para peserta didik mencapai berbagai kompetensi dengan penerapan *Higher Order Thinking Skill* (HOTS) atau keterampilan berpikir tingkat tinggi. Kompetensi tersebut yaitu berpikir kritis (*critical thinking*), kreatif dan inovasi (*creative and innovative*), kemampuan berkomunikasi (*communication skill*), kemampuan bekerja sama (*collaboration*) dan kepercayaan diri (*confidence*). Lima hal yang disampaikan pemerintah yang menjadi target karakter peserta didik itu melekat pada sistem evaluasi dalam ujian nasional dan merupakan kecakapan abad 21 (Afandi & Sajidan, 2018: 102).

Pada pembelajaran PJOK sebelum diberlakukannya Kurikulum 13 sesungguhnya guru PJOK dapat merancang pembelajaran berpusat pada peserta didik yang aktif (Winarko & Syam, 2015: 771). Hal tersebut nampak karena dari hasil proses belajar output-nya diukur ketiga aspek pembelajaran yaitu aspek sikap, pemahaman dan keterampilan. Namun untuk meramu pembelajaran masih belum menerapkan keaktifan peserta didik yang sesungguhnya, jadi peserta didik aktif diinstruksikan oleh guru bukan peserta didik menelaah dan mengaktifkan dirinya untuk bergerak atau belajar. Ini dimungkinkan karena pemilihan gaya mengajar yang masih teacher

center bukan student center. Contoh guru memilih gaya mengajar komando yang kadang bergeser ke gaya mengajar latihan. Masih jarang ditemukan dalam strategi pembelajaran guru memilih gaya mengajar timbal balik (*reciprocal*), inklusi (*inclusion*), penemuan terpandu (*guided discovery*), bahkan melatih diri (*self teaching*) seperti yang dikenalkan dalam buku *Teaching Styles in Physical Education and Mosston Spectrum* (Doherty, 2008: 127).

Salah satu materi PJOK di sekolah adalah keterampilan gerak aktivitas gaya renang dan keselamatan renang. Paling dominan dalam melakukan olahraga renang adalah harus bisa mengatasi tahanan air dan hambatan-hambatan lain. Oleh karena itu untuk mengatasi hal tersebut dengan cara berlatih secara sistematis dan melalui pengulangan-pengulangan (*repetitions*) yang konstan. Gerakan-gerakan yang semula sukar dilakukan lama-kelamaan akan meningkat menjadi gerakan-gerakan yang otomatis dan reflektif, daripada sebelum melakukan latihan-latihan tersebut.

Metode yang digunakan oleh guru Penjasorkes dalam pembelajaran bermacam-macam seperti ceramah, demonstrasi, komando, *drill*, dan resiprokal. Untuk di SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta pembelajaran renang menjadi suatu perhatian karena selain dalam pembelajaran juga diwajibkan untuk seluruh siswa mengikuti ekstrakurikuler renang yang diadakan sekolah. Tetapi kegiatan pembelajaran dan ekstrakurikuler dilakukan di luar lingkungan sekolah, hal ini karena sekolah tidak memiliki fasilitas berupa kolam renang untuk menunjang proses pembelajaran renang di sekolah. Hal ini

tentunya juga menjadi kendala dalam proses pembelajaran renang yang ada di sekolah.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan yang dilakukan terhadap para siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta, menunjukkan bahwa semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang masih kurang. Hal ini dibuktikan dengan terdapat beberapa siswa yang kurang maksimal dalam melakukan gerak dasar renang, dikarenakan siswa yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar renang. Selain itu kurang maksimalnya siswa XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, disebabkan karena metode pembelajaran yang monoton (*drill* dan komando), sehingga siswa merasa pembelajaran gerak dasar renang tidak menyenangkan.

Dalam PJOK, guru juga kurang memperhatikan pemberian materi berupa teori yang mengacu pada aspek pemahaman tentang materi yang ada dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, khususnya teknik dasar olahraga renang. Pelajaran penjas bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa agar siswa memiliki tubuh yang sehat dan konsentrasi yang baik. Namun sangat disayangkan jika pendidik kurang memperhatikan aspek pemahaman ketika proses pembelajaran di sekolah berlangsung dan peserta didik hanya mendapat materi yang bersifat praktek atau mengarah ke aspek psikomotor saja, sedangkan pemahaman siswa kurang dikembangkan.

Akibatnya pemahaman siswa mengenai materi dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya olahraga renang kurang maksimal.

Tujuan aspek kognitif berorientasi pada kemampuan berpikir yang mencakup kemampuan intelektual yang lebih sederhana, yaitu mengingat, sampai pada kemampuan memecahkan masalah yang menuntut siswa untuk menghubungkan dan menggabungkan beberapa ide, gagasan, metode atau prosedur yang dipelajari untuk memecahkan masalah tersebut. Dengan demikian aspek kognitif adalah subtaksonomi yang mengungkapkan tentang kegiatan mental yang sering berawal dari tingkat pemahaman sampai ke tingkat yang paling tinggi yaitu evaluasi. Pemahaman yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pemahaman siswa XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta terhadap olahraga renang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa, siswa menyatakan bahwa belum memahami dengan jelas mengenai materi renang gaya *crawl* dan mengenai keselamatan dalam renang . Siswa juga tidak dapat menyebutkan secara teori tentang bagaimana teknik renang yang benar. Dari hasil wawancara mengindikasikan bahwa pemahaman siswa tentang olahraga renang masih rendah, sehingga perlu diupayakan agar guru dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang olahraga renang. Pembelajaran memiliki hakikat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan siswa sehingga siswa akan mengalami perubahan dan hasil akhir dari proses suatu kegiatan pembelajaran akan tampak dalam penguasaan

pemahaman atau keterampilan yang ditunjukkan dengan nilai tes serta untuk memperoleh nilai tersebut perlu dilakukan evaluasi. Dengan memperhatikan keadaan dan kepentingan peserta didik, maka guru harus mengusahakan peserta didik mencapai berbagai kompetensi dengan penerapan keterampilan berpikir tingkat tinggi. Kompetensi tersebut yaitu berpikir kritis (*critical thinking*), kreatif dan inovasi (*creative and innovative*), kemampuan berkomunikasi (*communication skill*), kemampuan bekerja sama (*collaboration*) dan kepercayaan diri (*confidence*). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki tujuan yang ideal dan bersifat menyeluruh, yaitu menyangkut tentang tiga aspek pendidikan, antara lain aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Berdasarkan permasalahan di atas membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Terhadap Renang Gaya *Crawl* dan Keselamatan Air”. Dari penelitian ini akan terungkap seberapa tinggi tingkat Pemahaman siswa terhadap materi olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air dengan mengajak siswa untuk berfikir tingkat tinggi serta seberapa besar pentingnya materi ajar teori yang harus disampaikan oleh guru untuk siswa dalam menempuh pelajaran olahraga.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa memiliki semangat yang kurang dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang.
2. Aspek pemahaman olahraga renang sangat diperlukan, namun pada prosesnya guru lebih mengarah pada metode pembelajaran aspek psikomotor.
3. Belum diketahui tingkat pemahaman olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi permasalahan yang ada, maka permasalahan yang akan diteliti dibatasi pada “Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Terhadap Renang Gaya *Crawl* dan Keselamatan Air”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka permasalahan dapat dirumuskan menjadi :

1. Seberapa tinggi tingkat pemahaman siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta terhadap renang gaya *crawl*?
2. Seberapa tinggi tingkat pemahaman siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta terhadap keselamatan air?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang disampaikan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta terhadap olahraga renang gaya *crawl*.
2. Untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta terhadap keselamatan air.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian tentang “Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Terhadap Gaya Crawl dan Keselamatan Air” adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini akan memberikan informasi hasil seberapa tinggi tingkat pemahaman siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta terhadap gaya *crawl* dan keselamatan air.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini akan memberikan informasi mengenai tingkat pemahaman terhadap olahraga renang

- a. Bagi siswa SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dan pemahaman tentang olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air.

- b. Bagi guru, penelitian ini dapat digunakan untuk menambah referensi dalam merencanakan dan melaksanakan program pembelajaran renang sehingga dapat berjalan dengan baik.
- c. Bagi penulis, penelitian ini merupakan bahan perbandingan dan penerapan antara teori yang diperoleh selama perkuliahan dengan kenyataan, dan menambah pemahaman serta pengalaman dalam melakukan penelitian.
- d. Bagi Universitas, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah referensi yang telah dimiliki, khususnya mengenai topik tingkat pemahaman terhadap olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air di Sekolah Menengah Kejuruan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Konsep Berfikir

a. Definisi Berpikir

Berpikir adalah suatu kegiatan mental yang melibatkan kerja otak. Walaupun tidak bisa dipisahkan dari aktivitas kerja otak, pikiran manusia lebih dari sekedar kerja organ tubuh yang disebut otak. Kegiatan berpikir juga melibatkan seluruh pribadi manusia dan juga melibatkan perasaan dan kehendak manusia. Memikirkan sesuatu berarti mengarahkan diri pada obyek tertentu, menyadari secara aktif dan menghadirkannya dalam pikiran kemudian mempunyai wawasan tentang obyek tersebut.

Berpikir didefinisikan oleh Plato (Purwanto, 1990: 43) dalam bukunya *Sophistes* “berbicara itu berpikir yang keras (terdengar), dan berpikir itu adalah berbicara batin.” Tiap kegiatan jiwa yang menggunakan kata-kata dan pengertian selalu mengandung hal berpikir. Menurut Siswono (Sari, 2013: 3) berpikir merupakan kegiatan mental yang dialami seseorang bila mereka dihadapkan pada situasi yang harus dipecahkan atau suatu masalah. Berbeda dengan Suryabrata (2004: 55) yang mendefinisikan bahwa berpikir adalah proses yang bersifat dinamis yang dapat digambarkan menurut proses atau jalannya. John Dewey mendefinisikan berpikir adalah aktivitas mental untuk

memecahkan masalah, membuat keputusan, usaha untuk memahami sesuatu, mencari solusi dari permasalahan, dan mencari arti sesuatu hal 9 (Aryana, 2007: 674). Kegiatan mental seperti mengingat, mensimbolkan, mengkategorikan, menciptakan, dan memecahkan masalah.

Secara sederhana, berpikir adalah memproses informasi secara mental atau secara kognitif. Secara lebih formal, berpikir adalah penyusunan ulang atau manipulasi kognitif baik informasi dari lingkungan maupun simbol-simbol yang disimpan dalam *long term memory*. Jadi, berpikir adalah sebuah representasi simbol dari beberapa peristiwa atau item (Khodijah, 2006:117). .

b. Macam – macam berpikir

Berpikir banyak sekali macamnya. Banyak para ahli yang mengutarakan pendapat mereka. Berikut ini akan dijelaskan macam-macam berpikir, yaitu :

1) Berpikir alamiah

Pola penalaran yang berdasarkan kebiasaan sehari-hari dari pengaruh alam sekelilingnya, misal; penalaran tentang panasnya api yang dapat membakar jika dikenakan kayu pasti kayu tersebut akan terbakar.

2) Berpikir ilmiah

Pola penalaran berdasarkan sarana tertentu secara teratur dan cermat, misal; dua hal yang bertentangan penuh tidak dapat sebagai sifat hal tertentu pada saat yang sama dala satu kesatuan.

3) Berpikir autistik

Berpikir autistik antara lain adalah mengkhayal, fantasi atau wishful thinking. Dengan berpikir autistik seseorang melarikan diri dari kenyataan, dan melihat hidup sebagai gambar-gambar fantastis.

4) Berpikir realistik

Berpikir dalam rangka menyesuaikan diri dengan dunia nyata, biasanya disebut dengan nalar (reasoning). Floyd L. Ruch (1967) menyebutkan ada tiga macam berpikir realistik, antara lain :

a) Berpikir Deduktif

Deduktif merupakan sifat deduksi. Kata deduksi berasal dari kata Latin *deducere* (*de* berarti 'dari', dan kata *ducere* berarti 'mengantar', 'memimpin'). Dengan demikian, kata deduksi yang diturunkan dari kata itu berarti 'mengantar dari satu hal ke hal lain'. Sebagai suatu istilah dalam penalaran, deduksi merupakan proses berpikir (penalaran) yang bertolak dari proposisi yang sudah ada, menuju proposisi baru yang berbentuk kesimpulan (Keraf, 1994:57).

b) Berpikir induktif

Berpikir induktif ialah menarik suatu kesimpulan umum dari berbagai kejadian (data) yang ada di sekitarnya. Dasarnya adalah observasi. Proses berpikirnya adalah sintesis. Tingkatan berpikirnya adalah induktif. Jadi jelas, pemikiran semacam ini mendekatkan manusia pada ilmu pengetahuan. Tepat atau tidaknya kesimpulan (cara berpikir) yang diambil secara induktif ini

terutama bergantung pada representatif atau tidaknya sampel yang diambil, yang mewakili fenomena keseluruhan. Makin besar jumlah sampel yang diambil, makin representatif dan makin besar taraf validitas dari kesimpulan itu, demikian juga sebaliknya. Taraf validitas kebenaran kesimpulan itu masih ditentukan pula oleh obyektivitas dari si pengamat dan homogenitas dari fenomena-fenomena yang diselidiki (Purwanto, 1998:47-48).

c) Berpikir Evaluatif

Berpikir evaluatif ialah berpikir kritis, menilai baik-buruknya, tepat atau tidaknya suatu gagasan. Dalam berpikir evaluatif, kita tidak menambah atau mengurangi gagasan. Kita menilainya menurut kriteria tertentu (Rakhmat, 1994). Perlu diingat bahwa jalannya berpikir pada dasarnya ditentukan oleh berbagai macam faktor. Suatu masalah yang sama mungkin menimbulkan pemecahan yang berbeda-beda pula. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi jalannya berpikir itu antara lain, yaitu bagaimana seseorang melihat atau memahami masalah tersebut, situasi yang tengah dialami seseorang dan situasi luar yang dihadapi, pengalaman-pengalaman orang tersebut, serta bagaimana intelegensi orang itu.

c. Proses Berpikir

Manusia tidak akan pernah bisa lepas dari kegiatan berpikir sehingga dapat menentukan keputusan apa yang akan diambil. Proses dalam berpikir terjadi saat manusia hendak memutuskan suatu tindakan yang akan dilakukan. Proses diartikan sebagai urutan pelaksanaan atau kejadian yang terjadi secara

alami atau didesain, mungkin menggunakan waktu, ruang, keahlian atau sumber daya lainnya yang menghasilkan suatu hasil. Definisi lain dari proses adalah serangkaian kegiatan yang berkaitan dengan mengubah input menjadi output. Input berupa data atau informasi yang didapat kemudian diolah sehingga menghasilkan suatu output/produk berupa pengetahuan baru.

Proses berpikir menurut Suryabrata (2004: 55) yang menyatakan bahwa pada pokoknya ada tiga langkah dalam proses/jalannya berpikir seseorang, yaitu:

- 1) Pembentukan pengertian
 - a) Menganalisis ciri-ciri dari sejumlah objek yang sama/sejenis kemudian objek tersebut diperhatikan unsur-unsurnya satu persatu.
 - b) Membanding ciri-ciri tersebut untuk mendapatkan ciri-ciri yang sama, mana yang tidak sama, mana yang selalu ada, mana yang tidak selalu ada, mana yang hakiki, dan mana yang tidak hakiki.
 - c) Mengabstraksikan, yaitu menyisihkan, membuang ciri-ciri yang tidak hakiki dan menangkap ciri-ciri yang hakiki.

2) Pembentukan pendapat

Pembentukan pendapat adalah menghubungkan antar dua buah pengertian atau lebih. Pembentukan pendapat dibedakan menjadi tiga macam yaitu:

- a) Pendapat afirmatif (positif), yaitu pendapat yang mengiyakan dan secara tegas menyatakan keadaan sesuatu.

- b) Pendapat negatif, yaitu pendapat yang menghilangkan dan secara tegas menerangkan tidak adanya sesuatu sifat pada sesuatu hal.
 - c) Pendapat modalitas (kebarangkalian), yaitu pendapat menerangkan kemungkinan-kemungkinan sesuatu sifat pada sesuatu hal.
- 3) Penarikan kesimpulan.

Penarikan kesimpulan/keputusan adalah hasil dari akal dalam pembentukan pendapat baru berdasarkan pendapat-pendapat yang telah ada. Ada tiga macam keputusan yaitu:

- a) Keputusan induktif (khusus- umum), yaitu keputusan yang ditarik dari hal-hal khusus menuju ke satu hal umum.
- b) Keputusan deduktif (umum-khusus), yaitu keputusan yang ditarik dari hal yang umum menuju ke hal yang khusus.
- c) Keputusan analogis, yaitu keputusan yang dididapatkan dengan jalan membandingkan atau menyesuaikan dengan pendapat-pendapat khusus yang telah ada.

Proses berpikir itu terjadi di dalam otak (tidak tampak) tetapi dapat disimpulkan berdasarkan perilaku yang tampak yakni dengan cara mengamati secara langsung peserta didik yang sedang berpikir ketika melakukan pemecahan masalah. Siswono (2002: 46) menyatakan bahwa untuk mengetahui bagaimana proses berpikir peserta didik dalam memecahkan masalah matematika dapat diamati melalui proses cara mengerjakan tes dan hasil yang

ditulis secara terurut, ditambah dengan wawancara mendalam untuk mengetahui cara kerjanya.

2. Hakikat Pemahaman

a. Pengertian Pemahaman

Istilah pemahaman berasal dari akar kata paham yang dapat diartikan sebagai pengetahuan banyak, pendapat, aliran, mengerti benar. Adapun istilah pemahaman ini sendiri diartikan dengan proses, cara, perbuatan memahami atau memahamkan. Dalam pembelajaran, pemahaman dimaksudkan sebagai kemampuan siswa untuk dapat mengerti apa yang telah diajarkan oleh guru. Dengan kata lain, pemahaman merupakan hasil dari proses pembelajaran. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa pemahaman adalah suatu proses mental terjadinya adaptasi dan transformasi ilmu pengetahuan (Susanto, 2014 : 208).

Seorang siswa dikatakan mampu memahami jika siswa tersebut dapat menarik makna dari suatu pesan-pesan atau petunjuk-petunjuk dalam soal-soal yang dihadapinya. Petunjuk-petunjuk soal tersebut dapat berupa komunikasi dalam bentuk lisan, tertulis, dan grafik (gambar) dalam cara penyajian apapun juga. Para siswa dapat memahami suatu hal jika mereka menghubungkan pengetahuan baru yang sedang mereka pelajari dengan pengetahuan yang sebelumnya telah mereka miliki (Suwanto, 2013 : 19).

Tipe hasil belajar yang lebih tinggi daripada pengetahuan adalah pemahaman. Misalnya menjelaskan dengan susunan kalimatnya sendiri

sesuatu yang dibaca atau didengarnya, memberi contoh lain dari yang telah dicontohkan, atau menggunakan petunjuk penerapan dari kasus lain. Dalam Taksonomi Bloom, kesanggupan memahami setingkat lebih tinggi daripada pengetahuan. Namun, tidaklah berarti bahwa pengetahuan tidak perlu ditanyakan sebab untuk dapat memahami perlu terlebih dahulu mengetahui atau mengenal (Sudjana, 2012 : 24).

Pemahaman sendiri dapat berarti kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan diingat. Dengan kata lain, memahami adalah mengetahui tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi. Seorang peserta didik dikatakan memahami sesuatu apabila dia dapat memberikan penjelasan atau memberi uraian yang lebih rinci tentang hal itu dengan menggunakan kata-katanya sendiri (Sudjono, 2011 : 50).

Pemahaman juga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyerap arti dari suatu materi yang dipelajari. Kemampuan memahami dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu seberapa jauh siswa dapat menerima, menyerap, dan mengingat materi yang telah disampaikan oleh guru maupun ia baca. Siswa akan lebih faham apabila siswa melihat, merasakan maupun mengalaminya sendiri (Susanto, 2013 : 6).

Dari pengertian pemahaman di atas dapat disimpulkan bahwa pemahaman adalah ketika siswa mampu menangkap arti serta mampu menjelaskan konsep-konsep dari sebuah materi yang telah diajarkan oleh guru

dengan bahasa mereka sendiri tanpa mengubah konteks dari arti yang sesungguhnya. Belajar dengan pemahaman (*understanding*) adalah lebih permanen (menetap) dan lebih memungkinkan untuk ditransferkan, dibandingkan dengan rote learning atau belajar dengan formula. Berbeda dengan teori Stimulus Respon, teori yang menitikberatkan pada pentingnya kebermaknaan dalam belajar dan mengingat (*retention*) (Hamalik, 2011 : 46).

b. Tingkat Pemahaman

Pemahaman dapat dibedakan kedalam tiga kategori. Tingkat terendah adalah pemahaman terjemahan, mulai dari terjemahan dalam arti sebenarnya, misalnya dari bahasa Inggris ke dalam bahasa Indonesia, mengartikan Bhineka Tunggal Ika, mengartikan Merah Putih, menerapkan prinsip-prinsip listrik dalam memasang sakelar (Sudjana, 2012 : 24).

Dalam taksonomi perilaku Bloom, Bloom (1956: 89) mengklasifikasikan perilaku tersebut ke dalam tiga klasifikasi perilaku, yaitu perilaku kognitif, afektif, dan psikomotor. Lebih lanjut Bloom menjelaskan bahwa perilaku kognitif mencakup tujuan yang berhubungan dengan ingatan, pengetahuan, dan kemampuan intelektual. Perilaku afektif mencakup tujuan yang berhubungan dengan perubahan sikap, nilai, dan perasaan. Perilaku psikomotor mencakup tujuan yang berhubungan dengan manipulasi dan lingkup kemampuan gerak. Di samping itu dia mengemukakan bahwa pemahaman mencakup tiga kemampuan pokok yaitu kemampuan menerjemahkan, menafsirkan, dan kemampuan eskplorasi.

Dalam konteks pendidikan, ada tiga domain atau kawasan tentang perilaku individu serta sub domain dari masing-masing domain tersebut. Kawasan kognitif adalah kawasan yang berkaitan dengan aspek-aspek intelektual atau secara logis yang bias diukur dengan pikiran atau nalar. Menurut Soekidjo Natoatmodjo (2007: 35) kawasan ini terdiri dari:

- 1) Pengetahuan (*Knowledge*): Pengetahuan ini merupakan aspek kognitif yang paling rendah tetapi paling mendasar dalam dunia kependidikan. Dengan pengetahuan ini individu dapat mengenal dan mengingat kembali suatu objek, hasil pikiran, prosedur, konsep, definisi, teori, atau bahkan sebuah kesimpulan.
- 2) Pemahaman (*Comprehension*): Pemahaman/mengerti merupakan kegiatan mental intelektual yang mengorganisasikan materi yang telah diketahui. Temuan-temuan yang didapat dari mengetahui seperti definisi, informasi, peristiwa, fakta disusun kembali dalam struktur kognitif yang ada. Kemampuan pemahaman dapat dijabarkan menjadi tiga, yaitu:
 - a) Menerjemahkan (*Translation*): Kemampuan menerjemahkan ini adalah: menerjemahkan, mengubah, mengilustrasikan, dan sebagainya.
 - b) Menginterpretasi (*Interpretation*): Menginterpretasikan sesuatu konsep atau prinsip jika ia dapat menjelaskan secara rinci makna atau arti suatu konsep atau prinsip, atau dapat membandingkan, membedakan, atau mempertentangkannya dengan sesuatu yang lain.

- c) Mengekstrapolasi (*Extrapolation*): Kata kerja operasional yang dipakai untuk mengukur kemampuan ini adalah memperhitungkan, memprakirakan, menduga, menyimpulkan, meramalkan, membedakan, menentukan, mengisi, dan menarik kesimpulan.
- 3) Penerapan (*Aplication*): Penerapan adalah menggunakan pengetahuan untuk memecahkan masalah atau menerapkan pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang dikatakan menguasai kemampuan ini jika ia dapat memberi contoh, menggunakan, mengklasifikasikan, memanfaatkan, menyelesaikan dan mengidentifikasi hal-hal yang sama.
- 4) Penguraian (*Analysis*); Penguraian adalah menentukan bagianbagian dari suatu masalah dan menunjukkan hubungan antar bagian tersebut, melihat penyebab-penyebab dari suatu peristiwa atau memberi argumen-argumen yang mendukung suatu pernyataan.
- 5) Memadukan (*Synthesis*): Adalah menggabungkan, meramu, atau merangkai beberapa informasi menjadi satu kesimpulan atau menjadi suatu hal yang baru. Ciri dari kemampuan ini adalah kemampuan berpikir induktif. Contoh: memilih nada dan irama dan kemudian menggabungkannya sehingga menjadi gubahan musik yang baru.
- 6) Penilaian (*Evaluation*) adalah mempertimbangkan, menilai dan mengambil keputusan benar-salah, baik-buruk, atau bermanfaat-tidak bermanfaat berdasarkan kriteria tertentu baik kualitatif maupun kuantitatif.



Gambar 1. Diagram Taksonomi Bloom
(<http://dhesiana.wordpress.com>)

Keenam aspek ini bersifat kontinum dan saling tumpang tindih, yaitu:

- 1) Aspek pengetahuan merupakan aspek kognitif yang paling dasar.
- 2) Aspek pemahaman meliputi juga aspek pengetahuan.
- 3) Aspek penerapan meliputi aspek pemahaman dan pengetahuan.
- 4) Aspek analisis meliputi aspek penerapan, pemahaman, dan pengetahuan.
- 5) Aspek sintesis meliputi aspek analisis, penerapan, pemahaman, dan pengetahuan.
- 6) Aspek penilaian meliputi aspek sintesis, analisis, penerapan, pemahaman, dan pengetahuan.

Meskipun pemahaman dapat dipilahkan menjadi tiga tingkatan di atas, perlu disadari bahwa menarik garis yang tegas antara ketiganya tidaklah mudah. Penyusun tes dapat membedakan item yang susunanya termasuk subkategori tersebut, tetapi tidak perlu terlarut-larut mempermasalahkan ketiga perbedaan itu. Se jauh dengan mudah dapat dibedakan antara pemahaman

terjemahan, pemahaman penafsiran, dan ekstrapolasi, bedakanlah untuk kepentingan penyusunan soal tes hasil belajar (Sudjana, 2012 : 24).

c. Faktor – faktor yang mempengaruhi pemahaman

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman menurut Munadi antara lain meliputi faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

Faktor fisiologis dan faktor psikologis dalam pengertian faktor fisiologis seperti kebiasaan yang prima. Tidak dalam keadaan lelah atau capek, tidak dalam keadaan cacat jasmani dan sebagainya hal tersebut dapat mempengaruhi peserta didik dalam menerima materi pelajaran. Sedangkan faktor psikologis dalam hal ini peserta didik pada dasarnya memiliki kondisi yang berbed- beda, tentunya hal ini turut mempengaruhi hasil belajarnya siswa beberapa faktor psikologis meliputi : intelegensi (*IQ*), perhatian, bakat, motivasi, kognitif, dan daya nalar peserta didik.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa, faktor tersebut dapat dibagi menjadi 2 faktor lingkungan dan faktor non sosial:

a) Lingkungan sosial sekolah seperti para guru, para staf administrasi dan teman-teman sekelas dapat mempengaruhi semangat belajar siswa. Para guru yang selalu menunjukkan sikap dan perilaku yang simpatik dan memperlihatkan suri tauladan yang baik dan rajin khususnya dalam hal

belajar. Misalnya rajin membaca dan berdiskusi dapat menjadi daya dorong yang positif bagi kegiatan belajar.

- b) Lingkungan Non-sosial Faktor yang termasuk lingkungan non sosial ialah gedung sekolah letaknya, rumah dan letaknya, alat-alat belajar, keadaan cuaca dan waktu belajar yang digunakan siswa.

3. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Konsep pembelajaran berdasarkan Corey (Sagala, 2010: 61) adalah “suatu proses dimana lingkungan seseorang secara disengaja dikelola untuk memungkinkan ia turut serta dalam tingkah laku tertentu dalam kondisi-kondisi khusus atau menghasilkan respon terhadap situasi tertentu, pembelajaran merupakan subset khusus dari pendidikan”. Lingkungan belajar hendaknya dikelola dengan baik karena pembelajaran memiliki peranan penting dalam pendidikan. Lebih lanjut diungkapkan Sagala (2010: 61) bahwa pembelajaran adalah “membelajarkan siswa menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan”.

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 41 Tahun 2007 mengenai Standar Proses untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah, diuraikan bahwa: “pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan guru dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Proses pembelajaran perlu direncanakan, dilaksanakan, dinilai, dan diawasi. Pelaksanaan

pembelajaran merupakan implementasi dari RPP. Pelaksanaan pembelajaran meliputi kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup”.

Pembelajaran dari sudut pandang teori interaksional didefinisikan sebagai proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Berdasarkan konsep ini, pembelajaran dipandang memiliki kualitas baik jika interaksi yang terjadi bersifat multi arah, yakni guru-siswa, siswa-guru, siswa-siswa, siswa-sumber belajar, dan siswa-lingkungan belajar (Nurdyansyah & Fahyuni, 2016: 2). Senada dengan pendapat di atas, Mulyaningsih (2009: 54) menyatakan pembelajaran ialah membelajarkan siswa menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan. Pembelajaran merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan. Pembelajaran merupakan proses komunikasi dua arah, mengajar dilakukan oleh pihak guru sebagai pendidik, sedangkan belajar dilakukan oleh peserta didik atau murid.

Berdasarkan pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat siswa belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang belajar, dimana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha.

b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani diajarkan mulai dari sekolah dasar sampai dengan

sekolah menengah atas. Pendidikan jasmani dapat dipahami sebagai pendidikan melalui aktivitas jasmani, namun pada kenyataannya pendidikan jasmani lebih banyak disampaikan dengan bentuk olahraga kecabangan. Pendidikan jasmani yang selama ini diterapkan di sekolah, rata-rata menggunakan pendekatan teknik, sehingga keterampilan dasar menjadi salah satu tujuan utamanya. Pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani yang berorientasi teknik ini berharap dengan penguasaan teknik cabang olahraga maka mereka akan mampu bermain olahraga tersebut (Ariwibowo, 2014: 42).

Hakikat pendidikan jasmani memiliki dua asumsi yaitu pendidikan melalui jasmani dan pendidikan untuk jasmani. Berdasar pada asumsi pertama dapat dijelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan sebuah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani yang sengaja dipilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Sedangkan asumsi yang kedua pendidikan jasmani diasumsikan sebagai sebuah media yang dapat dimanfaatkan untuk kebutuhan peningkatan kemampuan jasmani (Rithaudin & Sari, 2019: 34)..

Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat, sehingga dapat merangsang pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan serta perkembangan individu yang seimbang. “Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional”

(Supriatna & Wahyupurnomo, 2015: 66). Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (Yudanto, 2008: 17).

Paturusi (2012: 4-5), menyatakan pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses pendidikan melalui aktivitas pendidikan jasmani dan olahraga untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Pembelajaran pendidikan jasmani, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) dan pembiasaan pola hidup sehat, yang dalam pelaksanaannya bukan melalui pembelajaran yang konvensional di dalam kelas yang bersifat kaji teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental intelektual, emosi, dan sosial. Utama (2011: 3) menyebutkan bahwa berdasarkan pemahaman mengenai hakikat pendidikan jasmani maka tujuan pendidikan jasmani sama dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan siswa sebagai individu dan makhluk sosial agar

tumbuh dan berkembang secara wajar. Hal Ini dikarenakan pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang (Utami & Purnomo, 2019: 11). Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi selaras dan seimbang.

c. Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani yang meliputi berbagai aktivitas jasmani dan olahraga hanya sebagai alat atau sarana untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Tujuan dari pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Profesi guru dituntut profesional selaras dengan tuntutan kurikulum dan hasil belajar siswa. Kajian materi sesuai dengan K13 dari mata pelajaran pendidikan

jasmani di Sekolah Menengah Pertama ditentukan dengan Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar (KI/KD) (Sumarsono, Anisah, Iswahyuni, 2019: 2).

Tujuan Penjas harus sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Salah satu tujuan pendidikan nasional seperti yang tertuang dalam UUD 1945 adalah untuk membentuk manusia Indonesia yang sehat jasmani dan rohani. Mata pelajaran Penjasorkes adalah salah satu mata pelajaran mempunyai peran utama untuk membentuk dan meningkatkan kesegaran jasmani peserta didiknya dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Kusriyanti & Sukoco (2020: 67) menyatakan salah satu mata pelajaran yang dapat mengaplikasikan pembelajaran dengan cara berinteraksi dengan alam secara langsung adalah pendidikan jasmani. Penjas atau pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang proses pembelajarannya lebih dominan dilaksanakan di luar kelas, sehingga anak akan lebih mudah untuk mempelajari banyak hal di lingkungannya, karena pada dasarnya tujuan penjas tidak hanya mengembangkan kemampuan motorik anak saja melainkan juga mengembangkan aspek kognitif dan afektif anak.

Berdasarkan tujuan pendidikan jasmani di atas pembelajaran pendidikan jasmani diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Pendidikan jasmani yang diberikan di sekolah harus mengacu pada kurikulum pendidikan jasmani yang berlaku. Materi yang diajarkan pada setiap jenjang pendidikan harus benar-benar dipilih sesuai dengan tahap pertumbuhan

dan perkembangan anak. Pencapaian tujuan pendidikan jasmani dipengaruhi oleh faktor guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, lingkungan dan sosial, faktor-faktor diatas antara yang satu dengan yang lain saling berhubungan sehingga benar-benar harus di perhatikan.

4. Hakikat Pembelajaran Renang

a. Pengertian Pembelajaran Renang

Olahraga renang merupakan suatu cabang olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat. Kegemaran masyarakat terhadap olahraga renang karena cukupnya fasilitas yang dapat mendukung untuk berolahraga renang. Adanya fasilitas olahraga renang maka akan timbul bakat dan rasa ingin tahu seseorang untuk melakukan olahraga renang. Rasa ingin tahu untuk dapat berolahraga renang merupakan hal yang penting untuk mendorong seseorang agar mempunyai kemampuan olahraga renang. Kemampuan olahraga renang tersebut dapat dilatih melalui latihan-latihan khusus dan bertahap. Melakukan latihan-latihan khusus maka seseorang akan dapat meraih prestasi. Prestasi renang bisa diraih dengan melakukan latihan yang baik dalam olahraga renang (Penara, Razali, & Putra, 2015: 244).

Utama (2010: 23) menyatakan sebelum belajar berenang dengan gaya yang sesungguhnya, terlebih dahulu perlu belajar tentang dasar-dasar renang, yaitu bagaimana cara mengatur nafas ketika berada didalam air, cara mengapung dan cara meluncur di air. Lebih lanjut menurut Utama (2010: 23), teknik dasar yang penting adalah bernapas di dalam air, mengapung dan

meluncur. Pernapasan di dalam air adalah bagaimana mengatur proses pengambilan udara (menghisap udara diatas permukaan air) dan mengeluarkan pernapasan yang sulit bagi orang yang sedang belajar renang. Dalam pembelajaran renang latihan pernapasan, merupakan latihan yang membosankan.

Keterampilan berikutnya adalah cara mengapung di dalam air merupakan modal awal untuk dapat berenang dengan baik. Karena pada dasarnya berenang adalah mendorong diri sendiri sambil mengapung. Seperti yang diungkapkan oleh Suryanto & Suherman (2004: 72), setiap orang sebenarnya dapat terapung karena sejumlah cairan dalam tubuh dan udara di dalam paru-paru. Posisi badan mengapung dapat dibedakan menjadi tiga macam yaitu posisi tegak, posisi telungkup dan posisi telentang. Lebih lanjut Suryanto & Suherman (2004:72) menyatakan posisi terapung ditentukan oleh keseimbangan tubuh, dikaitkan dengan posisi udara yang terdapat dalam tubuh.

Setelah mempelajari tentang dasar-dasar renang selanjutnya gaya renang dapat diajarkan setelah dasar-dasar renang dikuasai dengan cukup baik. Gaya renang yang dapat diajarkan setelah dasar-dasar renang telah dikuasai dengan cukup baik. Gaya renang yang bisa diajarkan terlebih dahulu sebelum gaya-gaya lain adalah gaya bebas atau gaya crawl. Selain gaya crawl, renang gaya dada juga sering diajarkan kepada pemula. Menurut Heller yang dikutip Utama (2010: 22), gaya dada adalah gaya yang pertama dipelajari banyak orang. Perbedaan dari masing-masing gaya terletak pada teknik gerakannya.

b. Gaya *crawl*

Renang gaya bebas (*free style*) diambil dari gaya cara berenang seekor binatang. Oleh sebab itu, gaya ini juga disebut gaya *crawl*, yang artinya merangkak. Renang gaya bebas adalah berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air. Kedua lengan secara bergantian digerakkan jauh ke depan dengan gerakan mengayuh, sementara itu kedua belah kaki secara bergantian dicambukkan naik turun ke atas dan ke bawah.. Dahulu, sebelum adanya perbaikan dalam gaya *crawl*, sangat jarang perenang dengan gaya ini dapat menempuh jarak tertentu dengan waktu yang cepat. Setelah adanya perbaikan dalam gaya ini, semakin banyak perenang dengan gaya *crawl* yang dapat mencapai prestasi pada jarak yang sama dengan waktu yang lebih singkat (Subagyo, 2018: 29)

Dalam renang gaya *crawl* teknik yang perlu diketahui menurut Soekarno (1985: 19) sebagai berikut: (1) Posisi badan, (2) Gerakan tungkai, (3) Gerakan lengan, dan (4) Pernapasan dan pengangkatan kepala.

- 1) Posisi badan, Seperti halnya semua gaya, badan harus *streamline* mungkin atau sehorisontal mungkin dan masih memungkinkan lengan dan tungkai melakukan fungsinya menimbulkan dorongan.
- 2) Gerakan tungkai dalam gaya *crawl* gerakan lengan merupakan sumber dorongan maju utama, dan dalam kasus sebagian besar perenang, merupakan satu-satunya sumber dorongan maju. Gerakan tungkai terutama berfungsi sebagai alat keseimbangan dan alat untuk menjaga agar kaki tetap

tinggi dalam posisi mendatar, di samping untuk menetralkan pengaruh dari pemulihan lengan mengganggu lurusnya badan. Di dalam gerakan tungkai gaya *crawl* ini dikenal bermacam-macam sepakan (*beats*): (1) Dua sepakan (*2 beats stroke*) artinya 2 kali gerakan lengan 2 kali gerakan tungkai, (2) Empat sepakan (*4 beats stroke*) artinya 2 kali gerakan lengan 4 kali gerakan tungkai, (3) Enam sepakan (*6 beats stroke*) artinya 2 kali gerakan lengan 6 kali gerakan tungkai, dan (4) Delapan sepakan (*8 beats stroke*) artinya 2 kali gerakan lengan 8 kali gerakan tungkai. Dengan demikian makin banyak *beats stroke*-nya, makin banyak pula frekuensi sepakannya, sedangkan amplitudonya makin kecil.

3) Gerakan lengan gaya *crawl* dapat dibagi menjadi 3 fase, yaitu menarik (*pull*), mendorong (*push*) dan pemulihan atau istirahat (*recovery*). Adapun gerakannya: menarik dimulai setelah telapak tangan masuk ke dalam air di depan kepala sampai lengan mencapai bidang *vertical*. Sesudah itu dilanjutkan dengan telapak tangan mendorong ke belakang sampai dengan lurus ke belakang. Kemudian dilanjutkan dengan pemulihan (*recovery*) yaitu mengangkat siku ke luar dari air dengan diikuti lengan bawah dan jari-jari secara rileks digeser ke muka dekat badan di luar permukaan air. Setelah siku melewati kepala, jari dimasukkan kedalam air di sebelah muka dan kepala. Siku harus bisa melalui lubang yang dimasuki oleh jari-jari itu (Soekarno, 1985: 26).

4) Pernapasan dan pengangkatan kepala. Pengambilan napas dapat dilakukan

ke kanan atau ke kiri tergantung pada setiap individu (perorangan) yaitu dengan jalan memutar kepala menurut sumbu panjang badan. Pemutaran kepala ini cukup sampai pada seluruh mulut atau sebagian mulut ke luar dari permukaan air. Kepala harus dalam posisi dengan sedikit tekukan posterior dari leher. Bila kepala dalam posisi ini, maka akan menimbulkan suatu gelombang kantong yang akan membentuk suatu tempat yang rendah atau lekukan dalam air pada sisi kepala. Dalam keadaan ini, perenang akan dapat bernapas tanpa harus berputar terlalu banyak atau mengangkat kepala terlalu tinggi. Jika perenang telah menemukan tempat yang betul untuk kepalanya, akan dapat bernapas di bawah permukaan normal air. Mulut perenang harus ditarik ke arah sisi bernapas dari mukanya dengan otot-otot muka (Soekarno, 1985: 37).

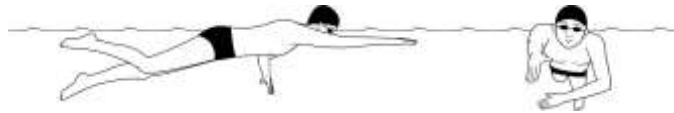
Dalam buku Belajar Berenang Bagi Pemula, Subagyo (2018: 37) menjelaskan gerakan dalam melakukan renang gaya *crawl* menggunakan gambar ilustrasi yang dapat dilihat dengan jelas bagaimana gerakan kaki, gerakan lengan dan gerakan pernafasan yang telah dikombinasikan dalam satu siklus.



Gambar 2. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 37)

Ketika tangan kanan masuk ke air dengan posisi selebar bahu dengan telapak tangan menghadap ke bawah, lengan kiri yang sedang dalam posisi menarik telah menyelesaikan tarikannya. Udara dari paru-paru dikeluarkan dari

mulut dan hidung dalam ritme yang tetap sehingga membentuk suatu pola pernafasan yang ritmis.



Gambar 3. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 37)

Momentum ke bawah yang ditimbulkan oleh tangan selama recovery menyebabkan tangan tenggelam ke bawah. Lengan yang sedang dalam posisi menarik meneruskan tarikannya ke belakang dengan telapak tangan masih menghadap ke belakang.



Gambar 4. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 37)

Tangan kanan terus bergerak ke bawah secara perlahan-lahan ketika tangan yang sedang dalam posisi menarik mulai kembali mendekati garis tengah badan.



Gambar 5. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 38)

Otot-otot depressor lengan saat ini mulai berkontraksi secara aktif menekan lengan kanan ke bawah dan tangan kiri mulai mendorong ke belakang dengan kuat.



Gambar 6. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 38)

Saat lengan kiri hampir menyelesaikan dorongannya, perenang menggunakan tenaga pada kedua lengannya. Tenaga dari tangan kanan dapat cukup diarahkan ke belakang untuk bisa menimbulkan dorongan ke depan pada badan.



Gambar 7. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 38)

Ketika lengan kiri menyelesaikan dorongannya, kaki kiri dalam posisi menjejak ke bawah dengan kuat. Gerakan ini mengimbangi efek gerakan ke atas dari lengan yang menekan pinggul perenang.



Gambar 8. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 39)

Ketika tangan kanan menekan ke bawah, siku mulai posisi menekuk.



Gambar 9. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 39)

Posisi elbow-up dari lengan yang dalam posisi menarik dan mulai recovery dari tangan kiri.



Gambar10. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 39)

Ketika tangan kanan hampir selesai dari posisi menarik dan tangan mulai memutar pada sumbu longitudinal, jumlah udara dari paru-paru yang dikeluarkan ketika muka berada di air mulai bertambah.



Gambar 11. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 39)

Ketika tangan kanan telah selesai dengan gaya tarikannya dan kepala mulai memutar pada sumbu longitudinalnya, jumlah udara yang dikeluarkan semakin bertambah.



Gambar 12. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 40)

Kepala kemudian memutar ke samping, ketika dagu mulai Nampak di permukaan air, siku bergerak ke belakang. Tangan yang sedang dalam posisi menarik mulai memutar dan kembali ke garis tengah badan.



Gambar 13. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 40)

Mulut perenang lebih membuka ketika volume udara yang keluar bertambah.



Gambar 14. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 40)

Tangan yang menarik tidak lagi menghadap langsung ke belakang, tetapi kira-kira bersudut 45 derajat.



Gambar 15. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 41)

Jejakan ke bawah dari kaki kanan mulai ketika lengan kanan menyelesaikan dorongannya. Posisi mulut dan hidung akhirnya keluar dari permukaan air dan proses pengambilan nafas hampir dimulai.

Tepat sebelum tangan keluar dari permukaan air, tangan diputar sehingga telapak tangan menghadap ke dalam ke arah badan. Perenang membuka mulut dan mulai menarik nafas.



Gambar 16. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 40)

Jejakan ke bawah kaki kanan berakhir ketika perenang mulai menggerakkan lengan kanannya ke arah depan dan fase mengambil nafas hampir selesai.



Gambar 17. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 40)

Kepala mulai memutar kembali ke arah garis tengah badan ketika recovery dan tangan mengayun ke arah depan.



Gambar 18. Gerakan gaya *crawl*
(Sumber: Subagyo, 2018: 41)

Perenang mulai mengeluarkan udara ketika muka perenang hampir masuk semua ke dalam air. Tangan kanan hampir pada posisi masuk ke air untuk memulai gerakan pertama kembali.

5. Keselamatan Air

Keselamatan di air sangatlah penting dan utama dan harus diciptakan baik dalam kegiatan di air maupun dalam olahraga renang. Resiko atau insiden yang paling berat adalah tenggelam di air, hal ini juga dapat terjadi pada orang yang sudah dapat berenang seperti yang diungkapkan oleh orang yang sudah paham dengan olah raga renang. Terlebih bagi orang yang belum dapat berenang, resiko kecelakaan maupun tenggelam sangat besar kemungkinan untuk terjadi.

Pemahaman terhadap keselamatan aktivitas air ini sangat penting sekali

baik bagi yang sudah dapat berenang maupun yang sedang belajar berenang. Mengingat pula, hakikatnya air bukanlah tempat hidup manusia selayaknya ikan.(Subagyo, 2018:72)

Kecelakaan di kolam renang yang sering terjadi di kolam renang adalah tenggelam dan merupakan salah satu risiko terbesar dalam aktivitas renang. Berawal dari kegiatan berenang ini terjadi kemungkinan cedera, kram, tenggelam hingga sampai pada kematian. Di samping itu banyak terjadi kasus-kasus risiko kesehatan seperti *hipotermia*, keracunan air, dan kemungkinan penyebaran penyakit-penyakit menular. Kejadian ini merupakan masalah serius yang dapat mengancam keselamatan dalam berenang. (Susanto,2017: 1)

Menurut Dougherty (1990), terdapat tiga aturan dasar atau rambu-rambu keamanan dalam kegiatan berenang yang ditujukan untuk menghindari kemungkinan tenggelam atau cedera di air.

- a. Hindari berenang sendirian. Berenang yang terbaik adalah secara berkelompok atau dengan teman sehingga bila terjadi hal-hal yang mengkhawatirkan ada orang terdekat yang dapat memberi bantuan.
- b. Ketahuilah kedalaman kolam renang. Pada umumnya kolam renang memiliki papan tulisan yang memperlihatkan tingkat kedalaman kolam. Misalnya kolam renang dengan panjang 50 meter berbentuk cekung dimana tempat terdalam adalah di bagian tengah kolam sedalam 2,3 meter dan tempat ter dangkal adalah kedua sisi kolam sedalam 1 meter. Pada kolam

renang pemanasan atau kolang renang mini, biasanya tingkat kedalamannya merata yaitu sedalam 1 meter.

- c. Gunakan pelampung (*life jacket*). Untuk perlindungan diri baik ketika berada di dalam kolam renang atau ketika di perairan luas gunakan selalu pelampung. Pelampung ini akan melindungi tubuh dari kemungkinan tenggelam karena didesain untuk mengapung. Pelampung tidak hanya wajib digunakan bagi mereka yang belum bisa berenang saja, namun juga bagi mereka yang sudah mahir berenang namun berada di dalam, atau di sekitar kolam untuk waktu yang lama.

Menurut Subagyo (2018: 74) kecelakaan di air lain yang mungkin terjadi ialah kram atau kejang. Hal ini mungkin dapat terjadi pada siapa saja tanpa terkecuali. Kondisi ini dapat diakibatkan oleh kelelahan, kurang pemanasan atau gerakan renang yang berlebihan. Dimana sebetulnya menurut ukuran aktifitas yang dilakukan di darat belum terasa melelahkan tetapi karena dilakukan di air terjadi ketegangan otot yang cukup tinggi sehingga mudah terjadi kram atau kejang otot.

Kecelakaan di air mungkin saja dapat terjadi, misalnya terjadi benturan satu-sama lain pada bagian kepala, sehingga terjadi hilang kesadaran yang terjadi sesaat saja. Berbagai macam kecelakaan atau cedera yang sering menimpa seorang siswa yang sedang berenang di kolam renang. Berikut empat macam cara memegang korban untuk menolong saat terjadi kecelakaan di air.

a. Pegangan pada rambut

Dilakukan dengan satu tangan, apabila pegangan dilakukan dengan tangan kiri, maka penolong berada di sebelah kiri korban dengan menggunakan gaya dada atau gaya bebas menyamping. Usahan posisi korban telentang, sehingga mulut dan hidung tetap di permukaan air.

b. Pegangan pada pelipis

Dilakukan dengan pegangan dua tangan, posisi penolong ada di belakang korban. Kemudian membawa korban menggunakan gaya dada posisi telentang. Usahkan mulut dan hidung korban di atas permukaan air.

c. Pegangan pada dagu

Dilakukan dengan posisi peolong di belakang korban, usahakan tubuh dalam posisi telentang. Pegang dagu korban menggunakan kedua tangan dan bawa korban menggunakan gaya dada posisi telentang

d. Pegangan pada dada

Dilakukan dengan cara merangkul dada korban dengan satu tangan , kemudian bawa korban ketepi kolam menggunakan gaya dada menyamping. Apabila merangkul dengan tangan kiri penolong di sebelah kiri korban.

6. Karakteristik Siswa SMK

Masa SMA/SMK identik dengan masa remaja. Pada usia ini remaja pertumbuhan secara fisik dapat terlihat dari perubahan ukuran berat dan tinggi badan, permasalahan seksual yang disertai dengan ciri lain. sedangkan secara psikis dapat diketahui dengan munculnya rasa solidaritas yang tinggi kepada

teman-temannya, timbul rasa suka pada lawan jenis dan masih banyak ciri yang tidak dipahami oleh remaja dan dianggap sebagai penghambat dalam menentukan sikap untuk bergaul dan berhubungan social emosional dengan teman atau lawan jenis.

Menurut Jahja (2013: 236), masa usia menengah itu bertepatan pada masa usia remaja. Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat yang khas dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa. Masa ini dapat diperinci lagi menjadi:

a. Masa pra remaja (remaja awal)

Masa ini ditandai oleh sifat negatif seperti tidak tenang, kurang suka bekerja, pesimistis. Sifat negatif tersebut yaitu:

- 1) Negatif dalam prestasi, baik prestasi jasmani maupun mental.
- 2) Negatif dalam sikap sosial, baik dalam bentuk menarik diri dalam masyarakat maupun dalam bentuk agresif masyarakat

b. Masa remaja (remaja madya)

Pada masa ini dalam diri tumbuh dorongan untuk hidup, kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya dan juga dapat merasakan suka maupun duka bersama. Pada masa ini juga mencari sesuatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi dan dipuja-puja sehingga masa ini disebut dengan masa merindu puja, yaitu sebagai gejala remaja.

c. Masa remaja akhir

Pada masa ini remaja dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya telah tercapailah masa remaja akhir dan telah tercapailah tugas-tugas perkembangan masa remaja yaitu menemukan pendirian hidup dan masuklah individu ke dalam masa dewasa.

B. Kajian 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:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ulinuha (2017) yang berjudul “Tingkat Pemahaman Aktivitas Renang pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman aktivitas renang siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan guru sebelum melakukan pembelajaran renang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dan teknik pengumpulan data yang digunakan berupa tes objektif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 sebanyak 100 anak. Data pada penelitian dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI

SMAN 1 Jogonalan yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 4 %, pada kategori tinggi sebesar 28 %, pada kategori sedang sebesar 38 %, kategori rendah sebesar 21 % dan kategori sangat rendah sebesar 9 %. Hasil tersebut diartikan tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 adalah sedang.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayat (2017) yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Siswa SD Kelas IV dan V di SD Negeri se-Gugus 1 Kecamatan Wates terhadap Olahraga Renang”. Penelitian ini dilatarbelakangi bahwa aspek pengetahuan cabang olahraga renang sangat diperlukan, namun pada prosesnya belum berjalan maksimal. Penelitian bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa SD kelas IV dan V di SD Negeri se-Gugus 1 Kecamatan Wates terhadap olahraga renang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan data menggunakan tes pilihan ganda. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas IV dan V di SD Negeri seGugus 1 Kecamatan Wates yang berjumlah 333 siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa SD kelas IV dan V di SD Negeri se-Gugus 1 Kecamatan Wates terhadap olahraga renang berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5,11% (17 siswa), kategori “rendah” sebesar 29,43% (98 siswa), kategori “sedang” sebesar 34,53% (115 siswa), kategori “tinggi”

sebesar 24,92% (83 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 6,01% (20 siswa)

C. Kerangka Berfikir

Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun demikian, perolehan keterampilan dan perkembangan lainnya yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui Pendidikan Jasmani, siswa disosialisasikan kedalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan olahraga. Tidak mengherankan, apabila banyak pakar yang meyakini bahwa Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari pendidikan menyeluruh dan sekaligus memiliki potensi yang strategis untuk mendidik. Dalam kegiatan Pendidikan Jasmani ini, semuanya dipusatkan untuk memacu siswa dalam mencapai tujuan pendidikan.

Diimplementasikannya kurikulum 2013 (K-13) membawa konsekuensi guru yang harus semakin berkualitas dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Karena K-13 mengamanatkan penerapan pendekatan saintifik (5M) yang meliputi mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, menalar/ mengasosiasikan, dan mengomunikasikan. Lalu optimalisasi peran guru dalam melaksanakan pembelajaran abad 21.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan yang dilakukan terhadap siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa, menunjukkan bahwa ada beberapa siswa yang semangat dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar

renang dan ada beberapa siswa masih kurang. Hal ini dibuktikan dengan terdapat beberapa siswa yang kurang maksimal dalam melakukan gerak dasar renang, dikarenakan siswa yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar renang. Kurang maksimalnya siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, disebabkan karena metode pembelajaran yang hanya *drill* dan komando, sehingga beberapa siswa merasa pembelajaran gerak dasar renang tidak menyenangkan. Guru juga harus memiliki keterampilan proses yang baik dalam pembelajaran. Keterampilan proses dapat diartikan sebagai keterampilan guru dalam menyajikan pembelajaran yang mampu memberikan pengalaman belajar yang bermakna dan menyenangkan bagi siswa. Pembelajaran berpusat kepada siswa (*student center*), dan merangsang siswa untuk menyelesaikan masalah. Peran guru dalam PBM bukan hanya sebagai sumber belajar, tapi juga sebagai fasilitator.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingginya tingkat pemahaman siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa mengenai olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air, dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian berupa tes pilihan ganda.

Dari tes tersebut diketahui hasil yang akan diklasifikasikan menurut kategoritertentu sesuai tingkat pemahaman olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan renang siswa. Kemudian pada akhirnya akan disimpulkan

tingginya tingkat pemahaman olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif karena bermaksud untuk meneliti dengan cara pengambilan data menggunakan kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2016: 142). Perencanaan yang digunakan dalam penelitian ini adalah perencanaan survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes pilihan ganda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pemahaman olahraga renang gaya *crawl* dan keselamatan air siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta yang beralamat di Jalan Blunyah Gedhe, Kutu Dukuh, Sinduadi, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55284. Waktu penelitian dilakukan bulan Mei 2022.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi variabel penelitian yang digunakan perlu dibatasi menjadi beberapa istilah yang sesuai dengan judul penelitian, guna menghindari salah penafsiran terhadap definisi yang digunakan, maka variabel penelitian ini

adalah “Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Terhadap Renang Gaya *Crawl* Dan Keselamatan Air”. Definisi operasional variabel data penelitian ini menunjukkan sesuatu yang didapatkan siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa, dari hasil pemahaman nantinya dapat berbentuk sebuah informasi terhadap olahraga renang, diukur dengan menggunakan tes objektif berupa soal pilihan ganda yang meliputi pengetahuan renang gaya *crawl* dan keselamatan air.

D. Populasi dan Sampel

Dalam penelitian yang dilaksanakan oleh seorang peneliti terlebih dahulu perlu menentukan populasi sebagai sumber data untuk keperluan penelitiannya, populasi tersebut dapat berbentuk manusia, nilai-nilai, dokumen, dan peristiwa yang dijadikan objek penelitian. Menurut Sugiyono (2007: 80), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Maka dari itu populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta sebanyak 87 siswa. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *total sampling*. Rincian sampel penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Rincian Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah
1	XI A	29
2	XI B	29
3	XI C	29
Jumlah		87

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah tes pilihan ganda. Penilaian dalam instrumen tes pada penelitian ini adalah jika jawaban benar, maka nilainya adalah 1 dan jika jawaban salah maka nilainya 0. Mahmud (2011: 185) menyatakan bahwa “tes adalah rangkaian pertanyaan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan, atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Lebih lanjut Mahmud (2011: 186) menyatakan bahwa tolak ukur penggunaan alat tes sebagai instrumen pengumpul data dalam suatu penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Objektif, yaitu hasil yang dicapai dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya tentang tingkat kemampuan seseorang, baik berupa pengetahuan maupun keterampilan.
- b. Cocok, yaitu alat yang digunakan sesuai dengan jenis data yang akan dikumpulkan untuk menguji hipotesis dalam rangka menjawab masalah penelitian.

- c. Valid, yaitu memiliki derajat kesesuaian, terutama isi dan konstraknya, dengan kemampuan suatu kelompok yang ingin diukur.
- d. Reliabel, yaitu derajat kekonsistenan skor yang diperoleh dari hasil tes menggunakan alat tersebut.

Kisi-kisi instrumen penelitian pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Uji Coba Instrumen

Variabel	Faktor	Indikator	No Butir
Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Terhadap Renang Gaya <i>Crawl</i> Dan Keselamatan Air	Pemahaman renang gaya <i>crawl</i>	Posisi tubuh	1,2,3,4
		Gerakan tungkai	5, 6, 7, 8
		Gerakan lengan	9, 10,11,12, 13
		Pengambilan nafas	14,15,16,17
	Keselamatan air	Keselamatan di air	18,19, 20, 21
		Pertolongan pada kecelakaan air	22,23,24,25
Jumlah			25

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa.
- b. Peneliti menentukan jumlah siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa yang menjadi subjek penelitian.

- c. Peneliti menyebarkan tes kepada responden melalui google form.
- d. Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil dan melakukan transkrip atas hasil pengisian tes.
- e. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Instrument yang baik harus valid dan reliabel. Instrumen yang valid harus mempunyai validitas internal dan eksternal. Instrumen yang mempunyai validitas internal dan rasional, bila kriteria yang ada dalam instrumen secara rasional telah mencerminkan apa yang diukur.

1. Uji Validitas Konstruksi

Untuk menguji validitas konstruksi, maka dapat digunakan pendapat dari ahli (*expert judgement*). Dalam hal ini setelah instrument dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berdasarkan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli. Para ahli diminta pendapat tentang instrument yang telah disusun. Setelah instrument telah disetujui para ahli tersebut diujicobakan pada sampel dari mana populasi diambil. Setelah data ditabulasikan, maka pengujian validitas konstruksi dilakukan dengan analisis faktor, yaitu dengan mengkorelasikan antar sektor item. Dosen ahli dalam

penelitian ini yaitu Bapak Drs. Sridadi, M.Pd. Uji coba dilaksanakan di SMA Muhamadiyah Bantul dengan subjek berjumlah 69 siswa.

2. Uji Validitas

Pengujian validitas dapat dilakukan dengan membandingkan antar isi instrument dengan materi pelajaran yang di ajarkan. Secara teknis pengujian validitas dapat dibantu dengan menggunakan kisi-kisi instrumen. Dalam kisi-kisi tersebut terdapat variable yang diteliti, indicator sebagai tolak ukur dan nomor butir item pertanyaan yang telah dijabarkan dari indikator. Dalam penelitian ini menggunakan validasi butir soal. Validasi butir soal dikatakan valid apabila mempunyai dukungan yang besar terhadap skor total. Untuk soal-soal bentuk objektif skor untuk item biasa diberikan dengan 1 (bagi item yang dijawab benar) dan 0 (item yang dijawab salah), sedangkan skor total selanjutnya merupakan jumlah dari skor untuk semua item yang membangun soal tersebut. Arikunto (2016: 90).

Uji validitas dilakukan dengan jumlah pertanyaan 25 item yang terdapat dalam angket pengetahuan tentang renang gaya *crawl* dan keselamatan air, rentang skor 0-1, skor 0 untuk jawaban salah dan skor 1 untuk jawaban benar. Uji validitas dilakukan dengan jumlah responden 69 siswa kelas XI SMA Muhamadiyah Bantul.

Tabel 3. Uji Validitas

Soal	R Hitung	R Tabel	Ket.	Soal	R Hitung	R Tabel	Ket.
1	0,666	0,237	Valid	14	0,918	0,237	Valid
2	0,357	0,237	Valid	15	0,162	0,237	Tidak Valid
3	0,918	0,237	Valid	16	0,241	0,237	Valid
4	0,918	0,237	Valid	17	0,162	0,237	Tidak Valid
5	0,918	0,237	Valid	18	0,357	0,237	Valid
6	0,260	0,237	Valid	19	0,546	0,237	Valid
7	0,918	0,237	Valid	20	0,446	0,237	Valid
8	0,034	0,237	Tidak Valid	21	0,628	0,237	Valid
9	0,238	0,237	Valid	22	0,266	0,237	Valid
10	0,162	0,237	Tidak Valid	23	0,793	0,237	Valid
11	0,918	0,237	Valid	24	0,918	0,237	Valid
12	0,238	0,237	Valid	25	0,918	0,237	Valid
13	0,918	0,237	Valid				

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 3 di atas, menunjukkan bahwa dari 25 butir soal terdapat 4 soal yang tidak valid. Hal tersebut dikarenakan r hitung $<$ r tabel (0,237).

3. Uji Reliabilitas

Pengujian realibilitas instrumen dapat dilakukan secara eksternal maupun internal. Secara eksternal pengujian dapat dilakukan dengan *test-retest*, *equivalen*, dan gabungan keduanya. Secara internal realibilitas instrumen dapat diuji dengan menganalisis konsistensi butir-butir yang ada pada instrumen dengan teknik tertentu. Uji reliabilitas dilakukan dengan alat bantu SPSS versi 16.0. Uji reliabilitas dilakukan dengan jumlah pertanyaan 25

item yang terdapat dalam angket pengetahuan tentang renang gaya *crawl* dan keselamatan air.

Tabel 4. Uji Reliabilitas

Variable	Cronbach's Alpha	Keterangan
Tingkat pemahaman siswa terhadap renang gaya <i>crawl</i> dan keselamatan air	0,810	Reliable

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa butir pertanyaan adalah reliable karena mempunyai nilai Cronbach's Alpha > 0,60. Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrument, maka diperoleh butir-butir pertanyaan sebagai instrument yang valid dan reliable sejumlah 21 butir soal (item).

4. Tingkat Kesukaran Soal

Menurut Arifin (2016:266) tingkat kesukaran soal adalah pengukuran seberapa besar derajat kesukaran suatu soal. Menganalisis tingkat kesukaran soal artinya mengkaji soal soal mana yang termasuk mudah, sedang, dan sukar. Untuk menyusun soal tes sebaiknya digunakan butir soal yang tingkat kesukarannya berimbang, yaitu sukar= 25%, sedang = 50%, dan sukar= 25%. Rumus tingkat kesukaran (P) menurut Arikunto (2013:208) adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{B}{JS}$$

Keterangan :

P : Indeks kesukaran/tingkat kesukaran

B : banyaknya siswa yang menjawab soal itu dengan benar

JS : jumlah seluruh siswa peserta tes

Kriteria yang digunakan adalah semakin kecil indeks yang diperoleh, makin sulit soal tersebut. Sebaliknya, semakin besar indeks yang diperoleh maka semakin mudah soal tersebut. Kriteria indeks kesulitan soal adalah sebagai berikut

Tabel 5. Kriteria Tingkat Kesukaran

0,00-0,30	Soal kategori sukar
0,31-0,70	Soal kategori sedang
0,31-0,70	Soal kategori mudah

5. Daya Pembeda

Menurut Sudijono (2011:385) daya pembeda adalah kemampuan suatu butir item tes hasil belajar untuk dapat membedakan antara testee yang berkemampuan tinggi dengan testee yang berkemampuan rendah, dalam menganalisis daya pembeda soal bentuk objektif dan bentuk uraian dilakukan dengan cara berbeda.

Untuk tes bentuk objektif Arikunto (2013:214) dapat dilakukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$D = P_A - P_B$$

Keterangan:

D : daya beda yang dicari

P_A : proporsi kelompok atas yang benar (ingat P, sebagai indeks kesukaran)

P_B : proporsi kelompok bawah yang menjawab benar

Tabel 6. Klasifikasi Pembeda

0,00-0,19	Jelek (poor)
0,20-0,39	Cukup (satisfactory)
0,40-0,69	Baik (good)
0,70-1,00	Baik sekali (excellent)
Negatif	Semuanya tidak baik, jadi semua butir soal yang mempunyai nilai D negative sebaiknya diulang saja

Tabel 7. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Indikator	No Butir
Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Terhadap Renang Gaya <i>Crawl</i> Dan Keselamatan Air	Pemahaman renang gaya <i>crawl</i>	Posisi tubuh	1,2,3,4
		Gerakan tungkai	5, 6, 7
		Gerakan lengan	8, 9, 10, 11
		Pengambilan nafas	12, 13
	Keselamatan air	Keselamatan di air	14, 15, 16, 17
		Pertolongan pada kecelakaan air	18, 19, 20, 21
Jumlah			21

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data yang dibutuhkan terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data tersebut dapat di Tarik suatu kesimpulan. Analisi data ini dilakukan dengan bantuan SPSS untuk mencari

nilai tengah (median), nilai rata-rata (mean), nilai tertinggi (*maximum*), nilai terendah (*minimum*), dan standar deviasi (SD)

Setelah diperoleh data dalam bentuk 1 skor maka data dapat dikategorikan sesuai kategori yang telah ditentukan. Pengkategorian di kategorikan menjadi 5 kategori yaitu: Tinggi sekali, tinggi, cukup, kurang, kurang sekali. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan 5 batas norma (Sudijono, 2009: 459), Sebagai berikut:

Tabel 8. Kategori Skor Berdasarkan Kurva Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

Keterangan:

X : Skor

M : Nilai Rata-rata (Mean)

SD : Standar Deviasi

Analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Menurut Arikunto (2006: 245) rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan:

P : Persentase

f : Frekuensi

N : Jumlah Subjek

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan terhadap jumlah responden sebanyak 87 siswa yang merupakan hasil total sampling keseluruhan populasi yang ada di kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap teknik dasar renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022.

Pengambilan data tingkat pemahaman siswa kelas XI tentang teknik dasar renang gaya bebas dan keselamatan air menggunakan instrument yang terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan jumlah pertanyaan 25 item yang terdapat dalam angket pengetahuan tentang teknik dasar renang gaya bebas dan keselamatan air, rentang skor 0-1, skor 0 untuk jawaban salah dan skor 1 untuk jawaban benar. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan dengan jumlah responden 69 siswa kelas XI SMA Muhamadiyah Bantul. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan 1 kali pengambilan data didapatkan 4 item pertanyaan yang tidak valid dari 20 soal dan hanya 21 item soal yang valid dengan nilai reliabilitas sebesar 0,810. Dari hasil uji validitas dan reliabilitas didapatkan instrument dengan 21 item pertanyaan yang

kemudian digunakan untuk pengambilan data uji tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap teknik dasar renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa.

Tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap teknik dasar renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dikategorikan melalui kemampuan dalam menjawab benar 21 item pertanyaan yang terdapat di dalam angket pengetahuan tentang teknik dasar renang gaya bebas dan keselamatan air dengan rentang skor 0-1, setiap jawaban item pertanyaan memiliki peluang skor 0 (jawaban salah), dan skor 1 (jawaban benar), sehingga responden memiliki kemungkinan untuk memperoleh skor minimal 0 dan skor maksimal 21. Selanjutnya, jawaban benar dihitung dan dikategorikan ke dalam 5 (lima) kategori untuk menentukan tingkat pemahaman terhadap teknik dasar renang. Kategori tersebut yaitu tingkat pemahaman sangat tinggi, tingkat pemahaman tinggi, tingkat pemahaman cukup, tingkat pemahaman kurang, tingkat pemahaman sangat kurang.

Berdasarkan hasil penelitian dari 87 subjek penelitian diperoleh nilai minimum = 4, nilai maximum = 21, mean = 13,29, dan standar deviasi = 4,123. Hasil penelitian akan dideskripsikan seperti tabel dibawah ini:

Tabel 9. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Data	Maximum	Minimum	Mean	Std. Dev
Pemahaman Renang Gaya Crawl dan Keselamatan Air	21	4	13.29	4.123
Pemahaman Renang Gaya <i>Crawl</i>	13	4	8.74	2.375
Pemahaman Keselamatan Air	8	0	4.55	1.957

1. Tingkat Pemahaman Renang Gaya *Crawl* dan Keselamatan Air

Data hasil penelitian kemudian dianalisis menggunakan teknik statistic deskriptif dengan menggunakan teknik perhitungan persentase. Analisis deskriptif pada data tingkat pemahaman diperoleh nilai maksimum sebesar 21 dan nilai minimum sebesar 4 dari 21 butir pertanyaan. Secara keseluruhan 21 butir pertanyaan tersebut terdiri dari faktor renang gaya *crawl* dan faktor keselamatan air. Perhitungan deskriptif data tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 menghasilkan mean sebesar 13.29 dan standar deviasi sebesar 4.123. Kategori tingkat pemahaman siswa terhadap pemahaman terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air ditentukan berdasarkan mean dan standar deviasi dari hasil perhitungan deskriptif. Hasil pengkategorian data tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10. Kategori tingkat pemahaman terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$19 < X$	Tinggi Sekali	13	14,9%
$15 < X \leq 19$	Tinggi	4	4,6%
$11 < X \leq 15$	Cukup	46	52,9%
$7 < X \leq 11$	Kurang	18	20,7%
$X \leq 7$	Kurang Sekali	6	6,9%
Total		87	100,0%

Selanjutnya, distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dapat digambarkan dalam diagram berikut:



Gambar 19. Diagram Pemahaman terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air

2. Tingkat Pemahaman renang gaya *crawl*

Tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap renang gaya *crawl* di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dikategorikan melalui kemampuan responden dalam menjawab secara benar 13 item pertanyaan yang terdapat dalam angket nomor 1 - 13. Setiap jawaban dari masing-masing item pertanyaan memungkinkan responden memiliki peluang skor 0 untuk jawaban salah dan skor 1 untuk jawaban benar, sehingga setiap responden memiliki kemungkinan skor minimal 0 dan skor maksimal 13.

Faktor pemahaman renang gaya *crawl* merupakan faktor pertama yang terdapat dalam tingkat pemahaman siswa kelas XI tentang teknik dasar renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra bangsa Tahun Ajaran 2021/2022. Pada penelitian ini faktor renang dijabarkan ke dalam 13 butir pertanyaan. Perhitungan dilakukan dari hasil skor yang diperoleh masing-masing responden, didapatkan mean sebesar 8.74 dan nilai standar deviasi sebesar 2.375. Nilai mean dan standar deviasi digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data faktor pemahaman renang gaya *crawl* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 11. Kategori tingkat pemahaman terhadap renang gaya *crawl*

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$12 < X$	Tinggi Sekali	13	15%
$10 < X \leq 12$	Tinggi	1	1%
$8 < X \leq 10$	Cukup	37	43%
$5 < X \leq 8$	Kurang	27	31%
$X \leq 5$	Kurang Sekali	9	10%
Total		87	100%

Selanjutnya, distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap renang gaya *crawl* di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dapat digambarkan dalam diagram berikut:



Gambar 20. Diagram Pemahaman terhadap renang gaya *crawl*

3. Tingkat Pemahaman Keselamatan air

Tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dikategorikan melalui

kemampuan responden dalam menjawab secara benar 8 item pertanyaan yang terdapat dalam angket nomor 14 - 21. Setiap jawaban dari masing-masing item pertanyaan memungkinkan responden memiliki peluang skor 0 untuk jawaban salah dan skor 1 untuk jawaban benar, sehingga setiap responden memiliki kemungkinan skor minimal 0 dan skor maksimal 8.

Faktor pemahaman keselamatan air merupakan faktor kedua yang terdapat dalam tingkat pemahaman siswa kelas XI tentang teknik dasar renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra bangsa Tahun Ajaran 2021/2022. Pada penelitian ini faktor keselamatan air dijabarkan ke dalam 8 butir pertanyaan. Perhitungan dilakukan dari hasil skor yang diperoleh masing-masing responden, didapatkan mean sebesar 4.55 dan nilai standar deviasi sebesar 1.957. Nilai mean dan standar deviasi digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data faktor pemahaman keselamatan air dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 12. Kategori tingkat pemahaman terhadap keselamatan air

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$7 < X$	Tinggi Sekali	15	17%
$6 < X \leq 7$	Tinggi	0	0%
$4 < X \leq 6$	Cukup	21	24%
$2 < X \leq 4$	Kurang	43	49%
$X \leq 2$	Kurang Sekali	8	9%
Total		87	100%

Selanjutnya, distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dapat digambarkan dalam diagram berikut:



Gambar 21. Diagram Pemahaman terhadap keselamatan air

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan data pada tabel distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dapat diketahui bahwa sebanyak 13 siswa (14,9%) mempunyai kategori tinggi sekali, sebanyak 4 siswa (4,6%) mempunyai kategori tinggi, sebanyak 46 siswa (52,9%) mempunyai kategori cukup, sebanyak 18 siswa (20,7%) mempunyai kategori

kurang, dan sebanyak 6 siswa (6,9%) mempunyai kategori kurang sekali. Pada dasarnya, kategori pemahaman siswa terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air merupakan hasil dari penggabungan dari 2 (dua) faktor, yaitu faktor pemahaman renang gaya *crawl* dan faktor keselamatan air. Faktor tingkat pemahaman siswa terhadap renang gaya *crawl* (faktor 1) mayoritas berkategori cukup (43%) dan faktor tingkat pemahaman siswa terhadap keselamatan air (faktor 2) mayoritas berkategori kurang (49 %).

1. Pemahaman Renang Gaya *Crawl* (Faktor 1)

Berdasarkan data pada tabel distribusi frekuensi tingkat pemahaman terhadap renang gaya *crawl* (faktor 1) pada siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dalam kategori cukup. Secara rinci sebanyak 13 siswa (15%) mempunyai kategori sangat baik, sebanyak 1 siswa (1%) mempunyai kategori baik, sebanyak 37 siswa (43%) mempunyai kategori cukup, sebanyak 27 siswa (31%) mempunyai kategori kurang, dan sebanyak 9 siswa (10%) mempunyai kategori sangat kurang. Dari hasil penelitian pada faktor 1 mengenai pemahaman renang gaya *crawl* memberikan gambaran bahwa pemahaman siswa terhadap olahraga renang terutama gaya *crawl* masih perlu ditingkatkan lagi dengan pendekatan belajar, yaitu suatu proses belajar untuk mendapatkan pengetahuan dengan segala cara atau strategi yang

digunakan seseorang dalam menunjang keefektifan dan efisiensi dalam proses mendapat pengetahuan tertentu.

2. Keselamatan Air (Faktor 2)

Berdasarkan data pada tabel distribusi frekuensi tingkat pemahaman terhadap keselamatan air (faktor 2) pada siswa kelas XI di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 dalam kategori kurang. Secara rinci sebanyak 15 siswa (17%) mempunyai kategori sangat baik, sebanyak 0 siswa (0%) mempunyai kategori baik, sebanyak 21 siswa (24%) mempunyai kategori cukup, sebanyak 43 siswa (49%) mempunyai kategori kurang, dan sebanyak 8 siswa (9%) mempunyai kategori sangat kurang. Dari hasil penelitian pada faktor 1 mengenai pemahaman renang gaya *crawl* memberikan gambaran bahwa pemahaman siswa terhadap olahraga renang terutama pada materi keselamatan air masih sangat perlu ditingkatkan lagi karena mempunyai hasil rata-rata kurang. Pendidik perlu lebih memperhatikan pendekatan belajar agar dapat menunjang keefektifan dan efisiensi dalam proses mendapat pengetahuan tertentu.

Hasil analisis dari masing-masing faktor yang mempengaruhi tingkat pemahaman siswa kelas XI terhadap renang gaya *crawl* dan keselamatan air di SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 diketahui bahwa hasil analisis pemahaman pada faktor pemahaman renang gaya *crawl* (faktor 1)

sebagian besar mempunyai presentase sebesar 43 % pada kategori cukup, hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 mempunyai tingkat pemahaman terhadap renang gaya *crawl* dalam kategori cukup. Sedangkan hasil analisis pemahaman pada faktor keselamatan air (faktor 2) sebagian besar mempunyai presentase sebesar 49 % pada kategori kurang, hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 mempunyai tingkat pemahaman dalam kategori kurang terhadap keselamatan air.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, guru juga kurang memperhatikan pemberian materi berupa teori yang mengacu pada aspek pemahaman tentang materi yang ada dalam olahraga renang, khususnya pada renang gaya *crawl* dan keselamatan air. Pelajaran PJOK bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa supaya memiliki tubuh yang sehat dan konsentrasi yang baik. Namun sangat disayangkan jika pendidik kurang memperhatikan aspek pemahaman ketika proses pembelajaran di sekolah berlangsung dan peserta didik hanya mendapat materi yang bersifat praktek atau mengarah ke aspek psikomotor saja, sedangkan pemahaman dan intelegensi siswa kurang dikembangkan. Akibatnya pemahaman siswa mengenai materi dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya

olahraga renang kurang maksimal. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki tujuan yang ideal dan bersifat menyeluruh, yaitu menyangkut tentang tiga aspek pendidikan, yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh tingkat pemahaman terhadap renang gaya *crawl* siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 sebanyak 13 siswa (15%) dalam kategori sangat baik, sebanyak 1 siswa (1%) dalam kategori baik, sebanyak 37 siswa (43%) dalam kategori cukup, sebanyak 27 siswa (31%) dalam kategori kurang, dan sebanyak 9 siswa (10%) dalam kategori sangat kurang. Sedangkan untuk tingkat pemahaman terhadap keselamatan air siswa kelas XI SMK Dirgantara Putra Bangsa Tahun Ajaran 2021/2022 sebanyak 15 siswa (17%) dalam kategori sangat baik, sebanyak 0 siswa (0%) dalam kategori baik, sebanyak 21 siswa (24%) dalam kategori cukup, sebanyak 43 siswa (49%) dalam kategori kurang, dan sebanyak 8 siswa (9%) dalam kategori sangat kurang.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada berbagai pihak, sehingga dapat berimplikasi pada:

1. Adanya rencana dari berbagai pihak, termasuk guru dan siswa untuk meningkatkan kualitas pembelajaran tentang teknik dasar renang dan keselamatan air.

2. Adanya upaya dari guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran yang dapat menarik minat siswa untuk dapat berpartisipasi secara aktif dalam pembelajaran, khususnya tentang pembelajaran teknik dasar renang dan keselamatan air.
3. Adanya semangat siswa dalam mempelajari dan memahami teknik dasar renang dan keselamatan air.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan optimal, akan tetapi masih terdapat beberapa kekurangan dan keterbatasan dalam pelaksanaannya. Diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Pada saat uji coba instrumen, terdapat instrumen yang tidak valid dan reliabel sehingga instrumen tersebut digugurkan. Hanya instrumen yang valid dan reliabel yang digunakan untuk pengambilan data.
2. Kurangnya antusias beberapa siswa dalam menjawab pertanyaan, sehingga terdapat jawaban yang asal-asalan pada angket penelitian.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, maka saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan kualitas pembelajaran tentang teknik dasar renang dan keselamatan air harus ditingkatkan, peningkatan tersebut dapat berupa

pembuatan model pembelajaran dan praktik secara langsung agar hasil yang diperoleh dapat maksimal, sehingga tingkat pemahaman siswa tentang teknik dasar renang dan keselamatan air meningkat.

2. Pemanfaatan waktu yang efektif dalam pembelajaran penjasorkes, sehingga pemahaman teori maupun praktik tentang teknik dasar renang dan keselamatan air dapat meningkat dan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi & Sajidan (2018). *Stimulasi keterampilan berpikir tingkat tinggi*. Surakarta: Penerbit dan Percetakan UNS.
- Arifin, Zainal. (2016). *Evaluasi Pembelajaran (Prinsip, Teknik, dan Prosedur)*, Cetakan Kedelapan, Jakarta: Rosda Karya.
- Arifin, Zainal. (2017). Mengembangkan instrumen pengukur critical thinking skills siswa pada pembelajaran matematika abad 21. *Jurnal THEOREMS*, Volume 1, Nomor 2.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryana, I. B. (2007). Pengembangan Peta Pikiran Untuk Peningkatan Kecakapan Berpikir Kreatif Siswa. *Pendidikan dan Pengajaran UNDIKSHA*, XXXX(3), 674.
- Bloom, Benjamin S., etc. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives : The Classification of Educational Goals, Handbook I Cognitive Domain*. New York : Longmans, Green and Co.
- Doherty, Jonathan. (2008). *Teaching styles in physical education and mosston spectrum*. New York: M.E. Sharpe & An East Gate Book.
- Fatkhurrohman. (2013). *Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang*. Skripsi.

Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

- Hamalik, Oemar. 2011. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Jahja, Yudrik. (2013). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Prenadamedia Grup
- Jalaluddin, Rakhmat. (1994). *Psikologi Komunikasi*. PT. Remaja Karya, Bandung
- Keraf, Gorys. 1984. *Diksi dan Gaya Bahasa*. Jakarta: Gramedia
- Khodijah, N. (2006). *Psikologi Belajar*. Palembang: IAIN Raden Fatah Press Suriasumantri (ed), 1983. *Psikologi Pendidikan*. [Online]. Tersedia: <http://www.andragogi.com>. (1 Juni 2017).
- Kusriyanti, K & Sukoco, P. (2020). Pengembangan model aktivitas jasmani berbasis alam sekitar untuk meningkatkan kecerdasan naturalis siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16 (1), 65-77.
- M. Ngalim, Purwanto. (1990), *Psikologi Pendidikan*, Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Mahmud. (2011). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Mulyaningsih. 2009. Inovasi model pembelajaran pendidikan jasmani untuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurdyansyah and Fahyuni, Eni F. (2016). *Inovasi model pembelajaran sesuai kurikulum 2013*. Semarang: UNISSULA Press.

- Paturusi, A. (2012). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Penara, S., Razali, & Putra, S. (2015). Hubungan kekuatan otot lengan dan power otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya dada pada mahasiswa Penjaskesrek FKIP Unsyiah angkatan 2011. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*, 1(4), 243 –257.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 41 Tahun 2007 mengenai Standar Proses untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Purwanto, Heri. (1998). *Pengantar Perilaku Manusia*. Jakarta: EGC
- Rithaudin, A., & Sari, Indah P. T. P. (2019). Analisis pembelajaran aspek kognitif materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMA/SMK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 33-38.
- Ruch, Floyd L . (1967) *Psychology and Life*. Atlanta: Foresman ,
- Sagala, S. (2010). *Konsep dan makna pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sari. (2013) Pengaruh Kedisiplinan Belajar dan Kreativitas Guru dalam Mengajar Tahun Ajaran 2012/2013, (Jurnal Publikasi: Universitas Muhammadiyah Surakarta Volume 1 Nomer 1).
- Siswono, T. Y. E. (2002). Proses Berpikir Siswa dalam Pengajuan Soal. Konferensi Nasional Matematika XI, 22-25 Juli 2002, Malang.
- Soekarno. (1985). *Renang Dasar*. Yogyakarta : IKIP.
- Subagyo. (2018). *Belajar Berenang Bagi Pemula*. Yogyakarta: LPPM Universitas Negeri Yogyakarta
- Sudijono, Anas. (2009). *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.


- Sudijono, Anas. (2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sudjana, Nana. (2012). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2016). *Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, Wawan S. (2004). *Kurikulum berbasis kompetensi pendidikan jamani teori dan praktek pengembangan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sulistiyono. (2013). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta Press
- Sumarsono, A., Anisah, A., & Iswahyuni, I. (2019). Media interaktif sebagai optimalisasi pemahaman materi permainan bola tangan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 1-11.
- Supriatna, Eka & Wahyupurnomo, Muhammad A. (2015). Keterampilan guru dalam membuka dan menutup pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN se-Kota Pontianak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(1).
- Suryabrata, Sumadi. (2004). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Susanto, Ahmad. (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Susanto, Ahmad. (2014). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Susantu, Ermawan (2017). *Keselamatan di Air (Water safety)*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta Press

- Suwarto, S. (2013). *Pengembangan Tes Diagnostik dalam Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Utama, AM. Bandi. (2010). Peningkatan pembelajaran dasar gerak renang melalui pendekatan bermain untuk mahasiswa prodi PJKR FIK UNY. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 7(2), 21-29.
- Utami, Maratona S. & Purnomo, Eddy. (2019). Minat siswa sekolah menengah pertama terhadap pembelajaran atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 12-21.
- Wibowo, Yuyun A. (2014). Pemahaman mahasiswa pjkr kelas b angkatan tahun 2009 terhadap permainan net. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 10, Nomor 1.
- Winarko, A & Syam, A.R. (2013). Persepsi guru pjok terhadap perubahan kurikulum 2013 ke KTSP pada mata pelajaran PJOK di SMA Negeri se- Kota Blitar. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Volume 03 Nomor 03 Tahun 2015, 771 – 776.
- Yudanto. (2008). Implementasi pendekatan taktik dalam pembelajaran *invasion games* di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(2).

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN about:blank



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fk.ury.ac.id E-mail: humas_fk@ury.ac.id


Nomor : 911/UN34.16/PT.01.04/2022 1 Juni 2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth. SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta Jl. Blunyah Gede, Kutu Dukuh, Sinduadi, Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta

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

Nama	: Faiz Faishal Huda
NIM	: 18601244030
Program Studi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS XI SMK DIRGANTARA PUTRA BANGSA YOGYAKARTA TERHADAP RENANG GAYA CRAWL DAN KESELAMATAN AIR
Waktu Penelitian	: Senin – Kamis, 3 – 6 Juli 2022

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,
Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

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

1 dari 1 19/07/2022 10:55

Lampiran 2. Surat Bimbingan

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 115.d/POR/XI/2021
Lamp. : 1 bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

10 November 2021


Yth. Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.
Jurusan POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : Faiz Faishal Huda
NIM : 18601244030
Judul Skripsi : TINGKAT KETERAMPILAN RENANG GAYA "CRAWL" SISWA KELAS XI SMK DIRGANTARA PUTRA BANGSA 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 Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan POR,

Dr. Jakti Sunardi, M.Kes.
NIP. 19610731 199001 1 001

Lampiran 3. Surat Pernyataan Validasi Instrumen

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Drs. Sridadi, M.Pd.
NIP : 196112301988031001

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa :

Nama : Faiz Faishal Huda
NIM : 18601244030
Program Studi : PJKR
Judul TA : "TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS
XI SMK DIRGANTARA PUTRA BANGSA
YOGYAKARTA TERHADAP RENANG GAYA CRAWL
DAN KESELAMATAN AIR"

Setelah dilakukan kajian atas intrumen penelitian TA dapat dinyatakan bahwa :


Layak digunakan untuk penelitian
 Layak digunakan dengan perbaikan
 Tidak layak digunakan untuk penilaian yang bersangkutan

dengnn catatan dan saran perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya

Yogyakarta, 1 Juli 2022

Validster



Catatan :

Beri tanda (√)

Drs. Sridadi, M.Pd.
NIP. 196112301988031001

Lampiran 4. Instrumen Penelitian

Nama :.....

Kelas :.....

Pilihlah jawaban yang paling benar pada soal di bawah ini dengan memberi tanda silang (X) pada huruf A, B, C, D atau E di lembar jawaban yang di sediakan.

1. Sikap badan pada renang gaya *crawl* adalah

 - a. Overline
 - b. Deadline
 - c. Online
 - d. Telentang
 - e. **Telungkup**

2. Untuk dapat melakukan gerakan renang gaya *crawl* dengan baik, harus memperhatikan beberapa komponen gerakan tubuh seperti, pernapasan, posisi tangan, posisi badan serta gerakan kaki. Untuk posisi tubuh yang baik ketika melakukan gerakan renang gaya *crawl* adalah

 - a. Posisi tangan lebih rendah dari posisi kaki
 - b. Posisi kepala diangkat diatas permukaan air
 - c. **Mulai dari ujung tangan sampai kaki sejajar atau rata-rata air**
 - d. Posisi tangan lebih tinggi dari posisi kaki
 - e. Posisi tangan sampai kaki di bawah permukaan air

3. Untuk dapat mencapai posisi tubuh yang lurus mengapung di permukaan air hal yang pertama harus diperhatikan adalah..

 - a. Gerakan kaki harus kencang
 - b. **Tubuh harus rileks**
 - c. Melakukan banyak gerakan di air
 - d. Menggerakkan tangan dengan cepat
 - e. Menggerakkan tangan dan kaki

4. Untuk dapat berenang *crawl* dengan mudah, posisi badan harus berada di permukaan air mengapung posisi lurus seminimal mungkin membentuk penyudutan. Posisi ini disebut..

 - a. Overline
 - b. **Streamline**
 - c. Crossline
 - d. Headline
 - e. Raline

5. Teknik ayunan kaki yang digunakan dalam gaya *crawl* bersumbu gerak pada

 - a. Pangkal kaki
 - b. **Pangkal paha**
 - c. Ujung pinggang
 - d. Ujung kaki
 - e. Lutut

6. Teknik gerakan tungkai pada renang gaya *crawl* adalah
 - a. Kedua tungkai bergerak bersama searah
 - b. Kedua tungkai selalu lurus
 - c. Kedua tungkai bergerak berlawanan arah**
 - d. Kedua lutut selalu di tekuk
 - e. Kedua kaki membuka
7. Fungsi gerakan tungkai yang utama pada gaya *crawl* adalah:
 - a. Bergerak maju**
 - b. Stabilisator
 - c. Meluruskan renang
 - d. Penghambat gerakan
 - e. Membelokkan arah
8. Gerakan lengan selama di luar air disebut
 - a. Gerakan entry
 - b. Gerakan mendayung
 - c. Streamline
 - d. Gerakan recovery**
 - e. Gerakan push
9. Gerakan tangan gaya *crawl* menarik-menarik saat lengan lurus atas hingga menyentuh badan, disebut dengan gerakan....
 - a. Gerakan entry
 - b. Gerakan mendayung
 - c. Gerakan pull dan push**
 - d. Gerakan recovery
 - e. Gerakan push
10. Saat melakukan gerakan tangan di dalam air, bentuk jari tangan yang baik, dalam tehnik dasar renang gaya *crawl* ialah...
 - a. Jari – jari tangan dibuka,
 - b. Jari – jari tangan ditutup
 - c. Jari – jari tangan dikepalkan
 - d. Jari – jari tangan ditekuk
 - e. Jari – jari tangan sedikit dibuka**
11. Dalam rangkaian gerakan tangan dalam renang gaya *crawl*, terdapat beberapa istilah yang mesti menjadi perhatian ketika melakukan rangkaian gerakan tanga renang gaya *crawl* ialah,...
 - a. Tarikan, sapuan, *recovery*
 - b. Tarikan, *recovery*, dorongan.
 - c. Tarikan, dorongan, *recovery***
 - d. Ayunan bawah, ayunan atas
 - e. Dorongan, tarikan, *recovery*
12. Putaran kepala untuk bernapas dalam renang gaya *crawl* dilakukan dengan sumbu putaran....
 - a. Leher
 - b. Garis bahu
 - c. Kepala

- d. **Dagu**
 - e. Lengan
13. Pengambilan napas dalam renang gaya *crawl* dilakukan pada saat ...
- a. Wajah menghadap air
 - b. Menyelam di air
 - c. **Pergantian gerakan lengan**
 - d. Kaki memukul air
 - e. Melakukan dorongan
14. Berikan ini yang bukan termasuk teknik dasar yang harus di kuasai untuk meminimalkan kecelakaan di air adalah teknik
- a. **Berendam**
 - b. Mengapung
 - c. Meluncur
 - d. Pernapasan
 - e. Menggerakkan kaki dan tangan
15. Alat bantu keselamatan air agar bisa mengapung di kolam renang bagi pemula, alat bantu yang digunakan adalah.....
- a. **Pelampung**
 - b. Kacamata renang
 - c. Papan Renang
 - d. Kaki katak
 - e. Topi renang
16. Dibawah ini yang tidak harus di perhatikan dalam menjaga keselamatan diri di air adalah..
- a. **Melakukan aktivitas air yang berlebihan atau terlalu lelah**
 - b. Mempelajari kemampuan berenang dengan baik
 - c. Jangan berenang sendiri, hendaklah bersama dengan orang lain yang mampu memberikan pertolongan
 - d. Berenang di tempat atau daerah-daerah yang diperbolehkan menurut peraturan yang ada
 - e. Melakukan pemanasan yang cukup sebelum berenang
17. Yang harus diperhatikan untuk menjaga keselamatan di kolam renang biasanya di berikan papan peringatan yang berisi hal - hal yang harus dipatuhi dan hal yang dilarang saat berada di area kolam renang, yang tersebut dilakukan untuk menghargai standard - standart penyelamatan
- a. **Diri sendiri maupun orang lain**
 - b. Orang lain
 - c. Lingkungan
 - d. Diri sendiri di lapangan
 - e. Daerah masing-masing
18. Pertolongan kecelakaan di air merupakan pertolongan yang harus dilakukan ketika terjadi peristiwa tenggelam dalam air. Peristiwa tenggelam dalam diakibatkan ketidakmampuan seseorang untuk melakukan renang atau

mengalami kejang dalam air. Untuk itu, diperlukan pengetahuan tentang dasar-dasar penyelamatan di air untuk mengatasi kecelakaan di air. Sikap kita dalam melakukan pertolongan terhadap seseorang yang mengalami kecelakaan di air adalah ...

- a. Perhatikan tempat sekitar, apakah ada alat yang dapat digunakan untuk menolong, seperti ban, tali, dan galah atau benda apa saja yang dapat terapung
 - b. Mematuhi instruksi guru sebelum turut serta dalam kegiatan olahraga di air
 - c. Mempelajari cara-cara memberikan pertolongan dan berusaha memberikan pertolongan pertama pada kecelakaan
 - d. **Memahami bagaimana cara memberikan pertolongan dan berusaha sebaik-baiknya, mematuhi peraturan-peraturan yang berlaku dalam melakukan usaha pertolongan**
 - e. Mencari bantuan orang sampai dapat karena beban dan tanggung jawab kita dalam melakukan pertolongan lebih mudah dan ringan
19. Pada saat tenggelam, air akan memasuki saluran pernapasan, sehingga menutup jalan pernapasan, dampaknya kesadaran korban akan berkurang sampai tidak sadarkan diri. Saat terjadi kecelakaan seperti itu harus segera mendapat pertolongan yang cepat dan tepat. Teknik pertolongan yang menggabungkan antara penapasan buatan dengan penekanan dada disebut
- a. Resusitasi saraf
 - b. Resusitasi dada
 - c. Resusitasi jantung
 - d. Resusitasi paru-paru dan saraf
 - e. **Resusitasi jantung dan paru-paru**
20. Saat memberikan pertolongan pada korban tenggelam yang jauh dari jangkauan salah satunya dapat dilakukan dengan memberikan pertolongan dengan masuk ke dalam air, setelah penolong masuk ke air untuk mendekati korban dari arah belakang dapat dilakukan dengan beberapa teknik renang salah satunya adalah gaya bebas, tetapi juga dapat dilakukan dengan gaya..
- a. **Dada**
 - b. Kupu-kupu
 - c. Menyamping
 - d. Punggung
 - e. Dolphin
21. Teknik melakukan pertolongan pertama pada korban tenggelam tanpa menggunakan alat, saat memberikan pertolongan posisi penolong berada disamping korban sambil memegang kepala korban dengan meletakkan telapak tangan penolong pada...
- a. Tangan korban
 - b. Badan atas korban
 - c. Kaki korban
 - d. Ketiak korban
 - e. **Leher dagu korban**

Lampiran 5. Data Penelitian

No	NAMA	KEL AS	X 1	X 2	X 3	X 4	X 5	X 6	X 7	X 8	X 9	X 10	X 11	X 12	X 13	Y 1	Y 2	Y 3	Y 4	Y 5	Y 6	Y 7	Y 8	Y 9	Y 10	Y 11	To tal
1	Adellia Ayu P	XI B	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	13	
2	Adellia Ratna Sulistyaningrum	XI C	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	13	
3	Adhitya Angga A	XI C	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	12	
4	Adi Rahmawan	XI C	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	7	
5	Ageng Saeto	XI A	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	13	
6	Agus Laraswanto	XI A	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	13	
7	Aldila Septi P	XI B	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	14	
8	Ali Akbar	XI B	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	13	
9	Amanda Novita Sari	XI A	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	13	
10	Amelia Febrian S	XI C	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	15	
11	Amelia Febrian S	XI C	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5	
12	Ananda Alfiani D. S	XI A	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	13	
13	Annisa Alin	XI B	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	6	
14	Aprilia Fatmawati	XI B	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	13	
15	Arinsada Marsya E.P	XI C	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	12	
16	Ario Tirtanggono	XI C	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	11	
17	Arlinda Putri R	XI B	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	13	
18	Audia Mustika Tyas	XI A	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	12	
19	Auliya Vindyani	XI C	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	

20	Auriel Hadi A S	XI C	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	13
21	Ayu Tantri Ocel A	XI A	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	11
22	Azizun Naima	XI B	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	13
23	Balqis Liza Casandra	XI A	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	12
24	Chisenzia W RW	XI A	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	13
25	Daffa Akbar Saputra	XI C	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	13
26	Danar Wichaksana	XI A	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	11
27	David Dwi Nugroho	XI C	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	11
28	Dirra Eka S	XI B	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	9
29	Dwi Wibowo	XI C	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	13
30	Eggi Dihan Prasetya	XI B	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	9
31	Elfa Uswatun K	XI A	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	6
32	Elisa Putri R	XI B	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17
33	Fajar Tri R	XI B	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	13
34	Farrel Zidane F P	XI A	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	9
35	Faza Zaidan Rusyda	XI B	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	10
36	Fenita Erawati	XI B	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	14
37	Flora Fremelia S T K	XI A	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	16
38	Galang Miftahur R	XI A	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	16
39	Haro Hjhon F P	XI A	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	14
40	Hilda Fadia Herawati	XI B	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	8
41	Iga Aliya Habsari	XI B	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	15
42	Ihsan Sanuha Pasa	XI B	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
43	Imasita Ayu J P	XI A	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	15

44	Indah Dwi R	XI C	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
45	Intan Ratnasari	XI A	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	14
46	Kenjiro Abadi Yusuf	XI C	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
47	Lathifah Putri R	XI A	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	5
48	Lula Adiba	XI B	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
49	Lusia Ade Anggraeni	XI A	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	8
50	Maharani Cantika A	XI C	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	12
51	Maria Okta D S A P	XI A	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	13
52	Maura Adinda F	XI A	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	10
53	Meisa Renda A	XI B	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
54	Meitha Ambaini P	XI A	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	12
55	Melati Tyas Aprilia	XI A	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	13
56	Muhamad Syarif H	XI A	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	12
57	M Afifuddin S	XI B	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
58	M Anang Puji W	XI B	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
59	Nafisa Ananda L	XI A	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	13
60	Najwa Ryani M	XI C	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
61	Nanda Kartika C	XI C	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
62	Nayala Anandita R	XI C	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	13
63	Ni Wayan Gunta	XI A	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	9
64	Nikita Choirun Nisa	XI B	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
65	Nova Nur Fitriyani	XI B	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	10
66	Noviana Nuraini	XI C	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	12
67	Nur Ainil Fasya	XI B	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	11

68	Puput Yulia O	XI B	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
69	Qesya Dwi A	XI C	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	13
70	R Rahmah Az Zahra	XI A	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	14
71	Rani Fahrudina	XI B	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	10
72	Reiskha Excavanti R	XI C	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
73	Rismeildawati	XI B	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	11
74	Risnaning M P	XI C	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	13
75	Salma Nur Rokhmah	XI A	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	13
76	Salsabila Y A M	XI C	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	14
77	Sigit Pramono	XI B	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
78	Silviadenata Putri R	XI C	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	14
79	Sona Setiawan	XI B	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	14
80	Syafira Nazwa	XI B	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	13
81	Syahla Vernanda S	XI C	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	14
82	Veronica Patricia M	XI A	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	9
83	Vitri Dwi Rahayu	XI C	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
84	Vivin Rhena Purwita	XI C	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	12
85	Wulan Sabrina R	XI B	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	13
86	Yohana Dinda L	XI A	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	13
87	Zulhan Abu Zakaria	XI C	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	11

Lampiran 6. Hasil Uji Statistik Data

Pemahaman Renang Gaya Crawl dan Keselamatan Air

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	1	1.1	1.1	1.1
	5	2	2.3	2.3	3.4
	6	2	2.3	2.3	5.7
	7	1	1.1	1.1	6.9
	8	2	2.3	2.3	9.2
	9	5	5.7	5.7	14.9
	10	4	4.6	4.6	19.5
	11	7	8.0	8.0	27.6
	12	9	10.3	10.3	37.9
	13	25	28.7	28.7	66.7
	14	9	10.3	10.3	77.0
	15	3	3.4	3.4	80.5
	16	2	2.3	2.3	82.8
	17	1	1.1	1.1	83.9
	19	1	1.1	1.1	85.1
	21	13	14.9	14.9	100.0
	Total		87	100.0	100.0

Statistics

Pemahaman Renang Gaya Crawl
dan Keselamatan Air

N	Valid	87
	Missing	0
Mean		13.29
Std. Error of Mean		.442
Median		13.00
Mode		13
Std. Deviation		4.123
Variance		16.998
Range		17
Minimum		4
Maximum		21
Sum		1156

Pemahaman Renang Gaya Crawl

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	3	3.4	3.4	3.4
	5	6	6.9	6.9	10.3
	6	6	6.9	6.9	17.2
	7	8	9.2	9.2	26.4
	8	13	14.9	14.9	41.4
	9	28	32.2	32.2	73.6
	10	9	10.3	10.3	83.9
	11	1	1.1	1.1	85.1
	13	13	14.9	14.9	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

Statistics

Pemahaman Renang Gaya Crawl

N	Valid	87
	Missing	0
Mean		8.74
Std. Error of Mean		.255
Median		9.00
Mode		9
Std. Deviation		2.375
Variance		5.639
Range		9
Minimum		4
Maximum		13
Sum		760

Pemahaman Keselamatan Air

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	1	1.1	1.1	1.1
	1	5	5.7	5.7	6.9
	2	2	2.3	2.3	9.2
	3	14	16.1	16.1	25.3
	4	29	33.3	33.3	58.6

5	17	19.5	19.5	78.2
6	4	4.6	4.6	82.8
8	15	17.2	17.2	100.0
Total	87	100.0	100.0	

Statistics

Pemahaman Keselamatan Air

N	Valid	87
	Missing	0
Mean		4.55
Std. Error of Mean		.210
Median		4.00
Mode		4
Std. Deviation		1.957
Variance		3.832
Range		8
Minimum		0
Maximum		8
Sum		396

Lampiran 7. Google Form Instumen Penelitian

The screenshot shows the beginning of a Google Form. At the top, the title is "Kuesioner Penelitian Faiz Faishal Huda". Below the title, there is a "Kepada" (To) field with the name "YB. Responden Penelitian". The main body of the form contains several paragraphs of introductory text in Indonesian, explaining the purpose of the research and the researcher's identity. At the bottom of this section, there is a text input field labeled "NAMA" and a "Jawaban singkat" (Short answer) button.

This screenshot shows a section of the Google Form with a list of classes. The title of this section is "KELAS". Below the title, there are three radio button options: "SI K", "SI B", and "SI C". At the bottom of the form, there is a navigation bar that says "Daerah bagian 1" and "Lanjutkan ke bagian berikut" (Continue to the next part).

Share Saya - Google Drive

idocugiggle.com/forums/1046-Duam-3PmwwV0jwpyJ.../HEKZAD1Wu-H0UR/441

Data Penelitian

Pertanyaan Jawab Setoran

Perihal 216

Jawab masing-masing

Pertolongan keceklakan di air merupakan pertolongan yang harus dilakukan ketika terjadi peristiwa tenggelam dalam air. Peristiwa tenggelam dalam air akibatnya ketidaktampuan seseorang untuk melakukan renang atau mengalami kejang dalam air. Untuk itu, diperlukan pengetahuan tentang dasar-dasar penyelamatan di air untuk mengatasi keceklakan di air. Sikap kita dalam melakukan pertolongan terhadap seseorang mengalami keceklakan di air adalah ...

- Perhatikan tempat selatir, apakah ada alat yang dapat digunakan untuk menolong, seperti banjal, dan j.
- Memahami instruksi guru sebelum turun serta dalam segelas tabung di air
- Menjalari/cara-cara memberikan pertolongan dan berusaha memberikan pertolongan pertama pada ...
- Memahami bagaimana cara bagaimana cara memberikan pertolongan dan berusaha sebaik baiknya, me...
- Mencari bantuan orang sampai dapat bantu belan dan tanggung jawab kita dalam melakukan pertolan...

Pada saat tenggelam, air akan memasuki saluran pernapasan, sehingga menzup jalan pernapasan, dan pakainya kesadaran korban akan berkurang sampai tidak sadarkan diri. Saat terjadi keceklakan seperti itu harus segera mendapat pertolongan yang cepat dan tepat.

Share Saya - Google Drive

idocugiggle.com/forums/1046-Duam-3PmwwV0jwpyJ.../HEKZAD1Wu-H0UR/441

Data Penelitian

Pertanyaan Jawab Setoran

Perihal 216

Melakukan pemantauan yang cukup sebelum berenang

Yang harus diperhatikan untuk menjaga keselamatan di kolam renang biasanya di berikan papan peringatan yang berisi hal - hal yang harus dipatuhi dan hal yang dilarang saat berada di area kolam renang, yang tersebut dilakukan untuk menghargai standar - standar penyelamatan ...

- Dit sendiri maupun orang lain
- Orang lain
- Lingkungan
- Dit sendiri di lapangan
- Jawab masing-masing

Pertolongan keceklakan di air merupakan pertolongan yang harus dilakukan ketika terjadi peristiwa tenggelam dalam air. Peristiwa tenggelam dalam air akibatnya ketidaktampuan seseorang untuk melakukan renang atau mengalami kejang dalam air. Untuk itu, diperlukan pengetahuan tentang dasar-dasar penyelamatan di air untuk mengatasi keceklakan di air.

