

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RENANG SEKOLAH DASAR
NEGERI DI KOTA YOGYAKARTA**

TESIS



Ditulis untuk memenuhi Sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Magister Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani

Oleh:
TOMI AMMAR MUBARAK
NIM 20733251011

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHTAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2024**

ABSTRAK

TOMI AMMAR MUBARAK: *Pelaksanaan Pembelajaran Renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta.* Tesis. Yogyakarta: Magister Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2024.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) mekanisme pelaksanaan pembelajaran renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta. (2) kendala dalam pelaksanaan pembelajaran renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta. (3) solusi pelaksanaan pembelajaran renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian campuran (*mixed methods*). Subjek penelitian ini adalah Guru PJOK SD Negeri di Kota Yogyakarta dan pengelola kolam renang digunakan pembelajaran renang yang diambil berdasarkan *random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu wawancara dan kuisioner. Teknik analisis data yang digunakan yaitu kualitatif dan kuantitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pembelajaran renang sudah dilaksanakan SD Negeri di Kota Yogyakarta. Pembelajaran renang dilaksanakan secara teori di kelas bawah, yaitu kelas I-III, sedangkan di kelas atas sudah dilaksanakan secara praktik di pagi hari mengikuti jam pembelajaran PJOK. Pelaksanaan pembelajaran renang dilakukan minimal 8 kali pertemuan, hal tersebut agar peserta didik mampu menguasai teknik dasar olahraga renang dengan baik. Namun, pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta masih kurang berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 1,02% (1 guru), “kurang” sebesar 68,37% (67 guru), “baik” sebesar 30,61% (30 guru), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 guru). (2) Sekolah mendukung pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta. Bentuk dukungan dalam pelaksanaan pembelajaran renang yaitu sekolah memberikan izin kepada guru PJOK untuk melaksanakan pembelajaran renang di pagi hari. Faktor pendukung lain yaitu dari guru PJOK itu sendiri, guru diharuskan mampu menguasai teknik berenang, meskipun ada sekolah yang menyewa pelatih renang dari luar. Kendala dalam pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta yaitu masih ada orang tua yang tidak mendukung anaknya mengikuti pembelajaran renang, fasilitas yang kurang mendukung, dan faktor dari guru yang tidak semuanya mempunyai teknik dasar renang. (3) Solusi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta yaitu guru membuat pembelajaran renang semenarik mungkin kemudian foto dikirim ke grup *whatsapp* agar orang tua yang tidak memberikan izin mengetahui. Dari segi fasilitas, sekolah ada yang mempunyai manajemen baik, sehingga masalah fasilitas dapat diatasi, selanjutnya solusi untuk guru yaitu guru berusaha terus untuk belajar teknik renang dengan baik, agar dapat mengajarkan teknik renang kepada peserta didik.

Kata Kunci: *Pelaksanaan, Pembelajaran Renang, Sekolah Dasar*

ABSTRACT

TOMI AMMAR MUBARAK: *The Implementation of Swimming Lessons at Elementary Schools in Yogyakarta. A Thesis. Yogyakarta: Master of Physical Education, Faculty of Sport and Health Sciences, Universitas Negeri Yogyakarta, 2024.*

This study aims to find out: (1) the mechanism of swimming lesson implementation at Elementary Schools in Yogyakarta, (2) obstacles in implementing swimming lessons at Elementary Schools in Yogyakarta, (3) solutions for implementing swimming lessons at Elementary Schools in Yogyakarta.

This study uses a mixed-method approach. The subjects are physical education teachers at elementary schools in Yogyakarta and swimming pool administrators, who were chosen by random sampling. The instruments used in this study are interviews and questionnaires. Meanwhile, the data analysis techniques used are qualitative and quantitative.

The results of this study show that: (1) Swimming lessons have been implemented at elementary schools in Yogyakarta. Swimming lessons are carried out theoretically in the lower classes, namely classes I-III. Meanwhile, in the upper classes, the lessons are carried out practically in the morning at the physical education learning hours. Swimming lessons are carried out at least 8 meetings, so that students are able to master the basic techniques of swimming well. However, the implementation of elementary school swimming lessons in Yogyakarta is still lacking. 1.02% (1 teacher) is included as "very poor", 68.37% (67 teachers) are included as "poor", 30.61% (30 teachers) are included as "good", and 0.00% (0 teachers) included as "very good". (2) The school supports the implementation of public elementary school swimming lessons in Yogyakarta. One of the supports given is that the school permits the physical education teachers to carry out swimming lessons in the morning. On the other hand, even though there are schools that hire swimming coaches, the physical education teachers are also able to master swimming techniques. The obstacles in implementing swimming lessons at elementary schools in Yogyakarta are some parents do not support their children taking swimming lessons, facilities that are not supportive enough, and there are some teachers who do not all have basic swimming techniques. (3) The solution to overcome the problem of swimming lessons at Elementary Schools in Yogyakarta is: the teacher creates the swimming lessons as interesting as possible and then sends photos to the WhatsApp group so that all parents are well informed about the lesson. In terms of facilities, some schools already have good management, so facility problems can be overcome. The next solution for teachers is that the teachers who have not mastered the swimming technique continue to learn the swimming techniques well so that they can teach swimming techniques to the students.

Keywords: implementation, swimming lessons at elementary schools

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Tomi Ammar Mubarak
Nomor Mahasiswa : 20733251011
Program Studi : Magister Pendidikan Jasmani
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar magister di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 13 Agustus 2024
Yang membuat pernyataan,



Tomi Ammar Mubarak
NIM 20733251011

LEMBAR PERSETUJUAN

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RENANG SEKOLAH DASAR
NEGERI DI KOTA YOGYAKARTA**

TESIS

TOMI AMMAR MUBARAK

NIM 20733251011

Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Hasil Tesis
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: 08 Agustus 2024

Koordinator Program Studi



Dr. Drs. Amat Komari, M.Si.

NIP. 196204221990011001

Dosen Pembimbing



Prof. Dr. Drs. Subagyo, M.Pd.

NIP. 195611071982031003



LEMBAR PENGESAHAN
PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RENANG SEKOLAH DASAR
NEGERI DI KOTA YOGYAKARTA

TESIS

TOMI AMMAR MUBARAK
NIM 20733251011

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Hasil Tesis
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal, 13 Agustus 2024

DEWAN PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or. (Ketua/Penguji)		14-08-2024
Dr. Tri Ani Hastuti, M.Pd. (Sekretaris/Penguji)		14-08-2024
Prof. Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd. (Penguji I)		14.08.2024
Prof. Dr. Drs. Subagyo, M.Pd. (Penguji II/Pembimbing)		14.8.2024

Yogyakarta, 13 Agustus 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan.



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

LEMBAR PESREMBAHAN

Teriring penuh rasa syukur kepada Allah SWT yang selalu memberikan nikmat dan karunia yang sangat luar biasa hingga saat ini. Saya mempersambahkan karya ini kepada kedua orang tuaku Bapak Harjanto dan Ibuku tercinta Ummi Latifah, serta adik ku Harum Zalfa yang selama ini telah mendukung, memotivasi, dan senantiasa mendoakan yang terbaik untuk kelancaran menyelesaikan studi saya.

KATA PENGANTAR

Ucapan syukur kepada Allah SWT atas berkat karunia-Nya, sehingga tesis yang berjudul “Pelaksanaan Pembelajaran Renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta Tahun 2023” dapat diselesaikan dengan baik. Penulisan tesis ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Drs. Subagyo, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing dalam penelitian tesis yang telah banyak memberikan semangat, masukan dan bimbingan kepada penulis.
2. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.kes., AIFO. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan motivasi dan fasilitas selama menempuh pendidikan magister.
3. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta beserta jajaran, dosen, dan staf yang telah memberikan fasilitas dan kemudahan dalam menyelesaikan tugas akhir tesis.
4. Bapak Dr. Drs. Amat Komari, M.Si. selaku Koordinator Program studi S-2 Pendidikan Jasmani yang telah memberikan motivasi dan semangat untuk segera menyelesaikan tugas akhir tesis.
5. Bapak selaku validator instrumen yang telah memberikan arahan, saran dan masukan demi perbaikan instrumen dalam penelitian ini.
6. Ketua Penguji, Sekretaris Penguji, dan Penguji Utama yang telah memberikan saran dan masukan secara komprehensif terhadap tesis ini.

7. Kepala Sekolah, Bapak Guru Mata Pelajaran PJOK, dan Pengelola Kolam yang bersedia menjadi subyek penelitian dan mendukung kelancaran penelitian penulis.
8. Teman seperjuangan S2 Pendidikan Jasmani 2020 dan teman-teman lainnya yang selalu memberikan semangat, motivasi, doa, dan dorongan serta membantu dan berdiskusi selama menempuh Pendidikan magister di Universitas Negeri Yogyakarta.
9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama proses penyelesaian tesis ini.

Dengan ini, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa dan tugas akhir tesis ini dapat menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 13 Agustus 2024
Penulis,



Tomi Ammar Mubarak
NIM. 20733251011

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	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.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. Kajian Teori.....	10
1. Hakikat Pembelajaran	10
2. Hakikat Pembelajaran PJOK	17
3. Hakikat Renang	33
4. Tahap Pembelajaran Renang	47
5. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar Kelas Bawah.....	58
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	61
C. Kerangka Pikir.....	65
D. Pertanyaan Penelitian.....	68

BAB III. METODE PENELITIAN.....	69
A. Jenis Penelitian.....	69
B. <i>Setting</i> Penelitian.....	69
C. Sumber Data Penelitian.....	70
D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	71
E. Validitas dan Reliabilitas.....	76
F. Analisis Data.....	76
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	81
A. Hasil Penelitian.....	81
B. Pembahasan.....	100
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN.....	111
A. Simpulan.....	111
B. Keterbatasan Penelitian.....	112
C. Implikasi.....	112
D. Saran.....	113
DAFTAR PUSTAKA.....	115
LAMPIRAN.....	121

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Pedoman Wawancara	55
Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket.....	57
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen	57
Tabel 4. Deskriptif Statistik Pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta	77
Tabel 5. Norma Penilaian Pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta	77
Tabel 6. Deskriptif Statistik Faktor Perencanaan Pembelajaran	78
Tabel 7. Norma Penilaian Faktor Perencanaan Pembelajaran.....	78
Tabel 8. Deskriptif Statistik Faktor Pelaksanaan Pembelajaran.....	80
Tabel 9. Norma Penilaian Faktor Pelaksanaan Pembelajaran	80
Tabel 10. Deskriptif Statistik Faktor Evaluasi Pembelajaran.....	81
Tabel 11. Norma Penilaian Faktor Evaluasi Pembelajaran	81

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kelengkapan Kolam Renang Menurut FINA.....	38
Gambar 2. Lintasan Renang	39
Gambar 3. Balok <i>Start</i>	40
Gambar 4. Ban Renang	40
Gambar 5. Kacamata Renang	41
Gambar 6. Kaki Katak.....	41
Gambar 7. Pakaian Renang	42
Gambar 8. Papan Pelampung	42
Gambar 9. <i>Hand Paddle</i>	43
Gambar 10. <i>Pull Boy</i>	43
Gambar 11. Penutup Kepala.....	44
Gambar 12. Diagram Batang Pelaksanaan Pembelajaran Renang SD Negeri di Kota Yogyakarta.....	77
Gambar 13. Diagram Batang Faktor Perencanaan Pembelajaran	79
Gambar 14. Diagram Batang Faktor Pelaksanaan Pembelajaran.....	80
Gambar 15. Diagram Batang Faktor Evaluasi Pembelajaran	82

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Validasi Instrumen	103
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian	107
Lampiran 3. Instrument Penelitian	110
Lampiran 4. Data Penelitian	132
Lampiran 5. Deskriptif Statistik	123
Lampiran 6. Hasil Wawancara	126
Lampiran 7. Modul Ajar PJOK SD	147
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian	172

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan sebuah kebutuhan wajib untuk setiap manusia, apalagi pendidikan merupakan investasi jangka panjang yang akan bermanfaat terus menerus dan tidak akan pernah habis, karena pendidikan bisa dilakukan dimana saja, kapan saja dan dalam keadaan apapun. Menurut UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab I Pasal 1 (ayat 1), pendidikan pada dasarnya merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Maulana, 2021). Pendidikan erat kaitannya dengan pembelajaran, hal ini karena pembelajaran merupakan salah satu bentuk kegiatan memperoleh ilmu pengetahuan (Nadi, 2021). Proses belajar akan terjadi karena adanya interaksi antara seorang guru dengan lingkungannya. Oleh karena itu, belajar dapat terjadi kapan saja dan dimana saja (Raibowo & Nopiyanto, 2020). Pendidikan terbagi dalam pendidikan formal, informal dan non formal. Pendidikan formal didalamnya terdapat pendidikan jasmani yang bermanfaat bagi setiap manusia.

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani, mental, sosial,

dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang. Usaha yang berupa kegiatan jasmani atau fisik yang diprogramkan secara ilmiah, terarah, dan sistematis yang disusun oleh lembaga pendidikan yang berkompeten (Depdiknas, 2005, p. 12). Pendidikan jasmani di sekolah dasar merupakan bagian integral dari pendidikan secara umum, yang mengutamakan aktivitas gerak sebagai media dalam upaya dalam pendidikannya, melalui aktivitas gerak aktivitas tersebut sesuai dengan tingkah laku dan kepribadian anak pada usia sekolah dasar yang identik dengan bermain-main. Sedangkan tujuan pendidikan jasmani menurut (BNSP, 2006, p. 693) adalah untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Untuk dapat mewujudkan tujuan pendidikan jasmani yang maksimal, maka pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani harus mencakup seluruh ruang lingkup penjas.

Menurut BNSP (2006, p. 159) menyebutkan bahwa ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan meliputi aspek-aspek: (1) Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, beladiri, serta aktivitas lain, (2) Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran

jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya, (3) Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan dengan alat, ketangkasan tanpa alat, dan senam lantai dan aktivitas lainnya, (4) Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, renang dan aktivitas lainnya, (5) Pendidikan luar kelas meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung, (6) Kesehatan, melalui penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Aktivitas air salah satu olahraga yang disenangi oleh anak-anak apalagi anak sekolah dasar, pada dasarnya semua manusia sangat senang apabila bermain dengan air, aktivitas air yang didalamnya terdapat renang, sangatlah banyak manfaatnya untuk pengembangan diri dan keselamatan dirinya sendiri dan orang lain. Maka dari itu untuk menciptakan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani yang maksimal harus diberikan pembelajaran aktivitas jasmani sejak dini, ini cocok untuk anak sekolah dasar agar pendidikan jasmani yang diharapkan bisa terwujud dengan baik seperti halnya untuk pembelajaran renang bagi anak.

Renang merupakan pembelajaran yang harusnya ada untuk anak mulai dari pendidikan sekolah dasar hingga menengah atas yang diberikan oleh guru

untuk meningkatkan keterampilan dan kepercayaan diri bagi anak. Renang merupakan gerakan tubuh saat berada didalam air, terdapat 4 gaya dalam renang yaitu gaya dada, gaya bebas, gaya kupu-kupu dan gaya punggung. Pada umumnya guru sekolah dasar akan memberikan dua gaya saja dalam pembelajaran, yaitu gaya dada dan gaya bebas, tetapi tak menutup kemungkinan guru bisa memberikan keempat gaya tersebut dengan melihat situasi dan kondisi yang ada. Selain itu renang tidak hanya berupa aktivitas didalam air, namun dapat digunakan sebagai sebuah materi pembelajaran yang dapat melatih keterampilan dan kepercayaan diri dari anak.

Menurut Lutan (2001, p. 9), proses pembelajaran pendidikan jasmani di pengaruhi oleh beberapa faktor. Pertama, adanya rumusan tujuan pembelajaran yang mengandung harapan tentang perubahan perilaku yang diharapkan. Kedua adalah materi atau substansi pengajaran. Ketiga, metode dan strategi yang diselaraskan dengan materi. Keempat adanya evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui seberapa banyak perubahan yang terjadi pada siswa. Untuk mencapai 4 tujuan pembelajaran di sekolah perlu adanya dukungan faktor-faktor yang terkait. Antara lain faktor guru, siswa, kurikulum, lingkungan dan sarana dan prasarana yang memadai. Apabila faktor-faktor tersebut dilaksanakan dengan baik berarti dalam proses pembelajaran berjalan dengan maksimal tetapi apabila tidak di laksanakan tentunya terdapat penghambat di dalam proses pembelajaran tersebut. Sedangkan dalam Kurikulum 2013 terdapat Kompetensi Dasar tentang bagaimana guru mengajar dalam proses pembelajaran di Sekolah Dasar.

Materi yang harus diajarkan dalam Kurikulum 2013 yang menyebutkan dengan jelas adanya pembelajaran renang dari kelas 1 sampai kelas 6 yang tertuang didalam Kompetensi Dasar. Isi di dalam kompetensi dasar (KD) Kurikulum 2013 yaitu untuk kelas 1 mempraktikkan berbagai pengenalan aktivitas air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air, kelas 2 mempraktikkan penggunaan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam bentuk permainan, dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air, kelas 3 mempraktikkan gerak dasar mengambang (*water trappen*) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air, kelas 4 mempraktikkan gerak dasar satu gaya renang, kelas 5 mempraktikkan salah satu gaya renang dengan koordinasi yang baik pada jarak tertentu, sedangkan untuk kelas 6 mempraktikkan keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri.

Dapat diambil makna bahwa dalam membentuk atau menciptakan suatu pembelajaran yang baik harus adanya faktor internal maupun eksternal. Sehingga untuk menunjang pembelajaran yang lebih maksimal seperti dari segi guru yang harus menguasai betul materi renang yang akan diajarkan, terlihat janggal apabila guru mengajarkan pembelajaran renang tetapi tidak sepenuhnya memahami keselamatan dalam berenang. Siswa juga salah satu faktor mendukung dalam keberhasilan guru dalam melaksanakan pembelajaran, apalagi siswa sekolah dasar yang sangat senang dengan air.

Daerah Istimewa Yogyakarta yang memiliki luas wilayah 32,50 km² terdiri dari empat kabupaten dan satu kota madya yaitu Kabupaten Bantul, Sleman, Gunung Kidul, Kulon Progo, dan ditambah satu kota madya yaitu Kota Yogyakarta. Di Kota Yogyakarta khususnya pada jenjang Pendidikan sekolah dasar (SD) terdapat sebuah organisasi Kelompok Kerja Guru (KKG) , organisasi tersebut dibuat untuk menghimpun guru dari setiap mata pelajaran di Kota Yogyakarta, tak terkecuali mata pelajaran PJOK. Ditinjau dari luasnya wilayah Kota Yogyakarta, dalam program kerja KKG memetakan wilayah menjadi empat yaitu korwil utara, korwil timur, korwil selatan, dan korwil barat. Dimana KKG Kota Yogyakarta korwil utara terdiri dari 3 kemantren yaitu Jetis, Gondokusuman, dan Danurejan dengan total sekolah dasar negeri 21 sekolah. Korwil timur terdiri dari 3 kemantren yaitu Umbulharjo, Kotagede, Pakualaman dengan total sekolah dasar negeri 29 sekolah. Korwil selatan terdiri dari 3 kemantren yaitu Mantriweron, Mergangsan, dan Kraton dengan total sekolah dasar negeri 18 sekolah. Korwil barat terdiri dari 5 kemantren yaitu Wirobrajan, Ngampilan, Tegalrejo, Gondomanan, Gedongtengen dengan total sekolah dasar negeri 22 sekolah. Di beberapa wilayah KKG seperti wilayah utara dan selatan merupakan wilayah KKG yang terdapat fasilitas kolam renang yang sehingga dapat dimanfaatkan sebagai penunjang terlaksananya pembelajaran penjas materi renang. Selain itu materi renang merupakan salah satu kompetensi dasar yang perlu diajarkan terutama untuk anak usia SD karena aktivitas renang memiliki beberapa manfaat seperti melatih kekuatan, keseimbangan, dan kelenturan, karena

keterampilan motorik kasar masih berkembang pada usia ini (Howells & Jarman, 2016). Ditambahkan juga renang mampu meningkatkan tidak hanya kinerja akademik dalam lingkungan sekolah, tetapi juga kepercayaan diri anak (Howells & Bowen, 2016).

Pada kenyataannya materi renang belum berjalan sesuai dengan kurikulum. Berdasarkan observasi awal peneliti, dari beberapa sekolah dasar yang terhimpun dalam KKG, tidak semuanya melaksanakan pembelajaran renang. Peneliti menemukan di korwil utara hanya ada tiga sekolah dasar yang melaksanakan pembelajaran renang yaitu SD Lempuyangwangi, SD Ungaran, dan SD Serayu dari total 21 sekolah yang ada di korwil utara. Sedangkan, di korwil selatan pembelajaran renang dilaksanakan oleh SD Pujokusuman, SD Gedong Kiwo, dan SD Keputran A dari total 18 sekolah yang terhimpun dalam KKG korwil selatan. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti lebih lanjut berkaitan dengan keterlaksanaan pembelajaran renang di sekolah dasar di Kota Yogyakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan perlu identifikasi. Adapun Identifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Adanya kendala di beberapa sekolah yang tidak melaksanakan pembelajaran renang.
2. Terdapat kesenjangan antara sekolah yang melaksanakan pembelajaran renang dan sekolah yang tidak melaksanakan pembelajaran renang.
3. Belum meratanya kemampuan renang pada anak usia sekolah dasar

4. Belum diketahuinya pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta.

C. Pembatasan Masalah

Supaya masalah yang diteliti tidak terlalu luas maka perlu adanya Batasan-batasan sehingga lingkup penelitian menjadi jelas. Masalah yang dibahas dalam penelitian ini perlu dibatasi hanya pada pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Penelitian ini memfokuskan permasalahan pada mekanisme pelaksanaan pembelajaran renang dan proses pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana mekanisme keterlaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta?
2. Apa saja kendala dalam pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta?
3. Bagaimana solusi pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta?

E. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui mekanisme pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta.
2. Mengetahui kendala pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta.

3. Mengetahui solusi pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta

F. Manfaat Penelitian

Merujuk dari ruang lingkup dan permasalahan yang di teliti, penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan dan dijadikan referensi bagi penelitian sejenis berupa konsep-konsep yang berhubungan dengan pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta.
 - b. Memberikan sumbangsih terhadap perkembangan pengetahuan khususnya mahasiswa FIKK UNY.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi guru, penelitian ini diharapkan dapat membantu khususnya guru mata pelajaran PJOK dalam rangka melaksanakan pembelajaran renang di sekolah dasar, sehingga mampu melaksanakan pembelajaran renang yang baik.
 - b. Sebagai bahan pertimbangan pihak sekolah dan guru dalam melaksanakan pembelajaran renang

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pembelajaran

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Akhiruddin, dkk., (2020, p. 12) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah suatu usaha yang sengaja melibatkan dan menggunakan pengetahuan profesional yang dimiliki guru untuk mencapai tujuan kurikulum. Pembelajaran ini adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar peserta didik, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar peserta didik yang bersifat internal.

Djamaludin & Wardana (2019, p. 14) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Pembelajaran merupakan perpaduan dari dua aktivitas belajar dan mengajar. Aktivitas belajar secara metodologis cenderung lebih dominan pada peserta didik, sementara mengajar secara instruksional dilakukan oleh guru, jadi istilah pembelajaran adalah ringkasan dari kata belajar dan mengajar. Pembelajaran adalah penyederhanaan dari kata belajar dan mengajar, proses belajar mengajar atau kegiatan belajar mengajar. Secara psikologis pengertian pembelajaran ialah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku secara menyeluruh, sebagai hasil dari interaksi individu itu dengan lingkungannya (Setiawan, 2017, p. 20).

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik (Fathurrahman, 2017, p.16).

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah memiliki hakikat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan peserta didik, sehingga peserta didik akan mengalami perubahan dan hasil akhir dari proses suatu kegiatan pembelajaran akan tampak dalam penguasaan pengetahuan

atau keterampilan yang ditunjukkan dengan nilai tes serta untuk memperoleh nilai tersebut perlu dilakukan evaluasi.

b. Tujuan Pembelajaran

Tujuan dalam pembelajaran merupakan komponen yang paling penting yang harus ditetapkan dalam proses pembelajaran yang mempunyai fungsi sebagai tolak ukur keberhasilan pembelajaran. Tujuan pembelajaran (tujuan instruksional) yaitu tujuan yang menggambarkan pengetahuan, kemampuan, keterampilan dan sikap yang harus dimiliki siswa sebagai akibat dari hasil pembelajaran (Suardi, 2018, p. 23). Kemampuan yang harus dimiliki peserta didik merupakan suatu tujuan yang ditargetkan oleh guru setelah berakhirnya proses pembelajaran. Dengan kata lain tujuan merupakan suatu komponen yang dapat mempengaruhi komponen pembelajaran lainnya seperti pemilihan metode, alat, sumber, dan alat evaluasi, yang harus disesuaikan dan digunakan untuk mencapai tujuan seefektif dan seefisien mungkin. Bila salah satu komponen tidak sesuai dengan tujuan, maka pelaksanaan kegiatan belajar mengajar tidak akan dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Asrul, dkk., 2022, p. 12).

Tujuan pembelajaran pada dasarnya merupakan harapan, yaitu apa yang diharapkan dari siswa sebagai hasil belajar. Tujuan pembelajaran, yaitu maksud yang dikomunikasikan melalui pernyataan yang menggambarkan tentang perubahan yang diharapkan dari siswa. Daryanto (2018, p. 58) menyatakan tujuan pembelajaran

adalah tujuan yang menggambarkan pengetahuan, kemampuan, keterampilan, dan sikap yang harus dimiliki siswa sebagai akibat dari hasil pembelajaran yang dinyatakan dalam bentuk tingkah laku yang dapat diamati dan diukur.

Tujuan pembelajaran adalah rumusan secara terperinci apa saja yang harus dikuasai oleh siswa sesudah melewati kegiatan pembelajaran yang bersangkutan dengan berhasil (Darman, 2020, p. 14). Tujuan pembelajaran memang perlu dirumuskan dengan jelas, karena perumusan tujuan yang jelas dapat digunakan sebagai tolak ukur keberhasilan dari proses pembelajaran itu sendiri. Tujuan pembelajaran merupakan upaya perubahan tingkah laku siswa yang berlangsung sebagai akibat dari keterlibatannya dalam sebuah pengalaman pendidikan (Fitrianti, 2018, p. 2).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan pembelajaran adalah rumusan secara terperinci apa saja yang harus dikuasai oleh siswa sebagai akibat dari hasil pembelajaran yang dinyatakan dalam bentuk tingkah laku yang dapat diamati dan diukur. Rumusan tujuan pembelajaran ini harus disesuaikan dengan standar kompetensi, kompetensi dasar, dan indikator pencapaian siswa. Selain itu tujuan pembelajaran yang dirumuskan juga harus spesifik dan operasional agar dapat digunakan sebagai tolak ukur keberhasilan dari proses pembelajaran.

c. Faktor yang Mempengaruhi Pembelajaran

Dalam pembelajaran terdapat komponen-komponen yang mempengaruhi pembelajaran. Komponen-komponen pembelajaran meliputi tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, metode pembelajaran, media pembelajaran, pendidik, peserta didik, dan evaluasi pembelajaran, dijelaskan sebagai berikut:

1) Tujuan Pembelajaran

Hamalik (2018, p. 35) menyebutkan bahwa tujuan pembelajaran adalah suatu deskripsi mengenai tingkah laku yang diharapkan tercapai oleh siswa setelah berlangsung pembelajaran. Sementara itu, Uno (2021, p. 21) menyebutkan bahwa tujuan pembelajaran suatu pernyataan spesifik yang dinyatakan dalam perilaku atau penampilan yang diwujudkan dalam bentuk tulisan untuk menggambarkan hasil belajar yang diharapkan. Berdasarkan pendapat tersebut tujuan pembelajaran merupakan salah satu aspek yang perlu dipertimbangkan dalam melaksanakan pembelajaran, sebab segala kegiatan pembelajaran muaranya pada tercapainya tujuan tersebut.

2) Materi Pembelajaran

Bahan atau materi pelajaran adalah segala sesuatu yang menjadi isi kurikulum yang harus dikuasai oleh siswa sesuai dengan kompetensi dasar dalam rangka pencapaian standar kompetensi setiap mata pelajaran dalam suatu pendidikan tertentu (Sanjaya,

2018, p. 141). Menurut Syukur (2019, p. 70) materi pokok adalah pokok-pokok materi pembelajaran yang harus dipelajari siswa sebagai sarana pencapaian kompetensi dasar yang akan dinilai dengan menggunakan instrumen penilaian yang disusun berdasar indikator pencapaian belajar. Materi merupakan komponen terpenting kedua dalam pembelajaran. Materi pembelajaran dapat meliputi fakta-fakta, observasi, data, persepsi, penginderaan, pemecahan masalah, yang berasal dari pemikiran manusia dan pengalaman yang diatur dan diorganisasikan dalam bentuk fakta, gagasan, konsep, generalisasi, prinsip-prinsip, dan pemecahan masalah.

3) Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran adalah cara yang digunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran (Sudjana, 2018, p. 76). Menurut Sanjaya (2018, p. 60) Strategi atau metode adalah komponen yang juga mempunyai fungsi yang sangat menentukan. Keberhasilan pencapaian tujuan sangat ditentukan oleh metode pembelajaran. Oleh karena itu setiap guru perlu memahami secara baik peran dan fungsi metode dan strategi dalam pelaksanaan pembelajaran. Menurut Hamalik (2018, p. 81) metode pembelajaran merupakan salah satu cara yang digunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan peserta didik

pada saat berlangsungnya pembelajaran untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

4) Media Pembelajaran

Kata media berasal dari bahasa latin yang merupakan bentuk jamak dari kata medium yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar, dalam arti luas media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima, sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat serta perhatian siswa dalam proses belajar mengajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai sedemikian rupa (Sardiman, 2018, p. 6).

5) Pendidik

Definisi pendidik atau guru seperti yang tertulis dalam UU Guru dan Dosen Nomor 14 Tahun 2005 adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Menurut Hermawan (2018, p. 14) guru menempati posisi kunci dan strategis dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif dan menyenangkan untuk mengarahkan peserta didik agar dapat mencapai tujuan secara optimal.

6) Peserta Didik

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, dijelaskan bahwa yang dimaksud peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu.

7) Evaluasi Pembelajaran

Untuk dapat menentukan tercapai tidaknya tujuan pembelajaran perlu dilakukan usaha dan tindakan untuk mengevaluasi pencapaian kompetensi/hasil belajar. Menurut Syah (2019, p. 195), evaluasi adalah penilaian terhadap tingkat keberhasilan siswa mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam program. Evaluasi adalah pengumpulan kenyataan secara sistematis untuk menetapkan apakah dalam kenyataan terjadi perubahan dalam pribadi siswa.

2. Hakikat Pembelajaran PJOK

a. Hakikat Pembelajaran PJOK

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu pelajaran yang diajarkan di sekolah. Pada tingkat SD, SMP, dan SMA/ sederajat. Mata pelajaran PJOK pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang

bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Pelajaran PJOK khususnya di tingkat SMP, diharapkan mampu mengenalkan peserta didik dengan konsep-konsep penjas yang mengarahkan peserta didik agar memahami konsep tentang olahraga, kesehatan, dan prestasinya (Iswanto, 2017, p. 46).

PJOK dianggap sebagai sarana untuk meningkatkan aktivitas fisik peserta didik untuk mencapai kebugaran jasmani yang memadai. Pengalaman belajar melalui PJOK diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang lebih baik, serta membentuk gaya hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Oleh karena itu, terobosan-terobosan baru perlu dilakukan terutama terkait masalah peningkatan kualitas pembelajaran PJOK di sekolah. Salah satu contohnya adalah memotivasi anak untuk belajar melalui cara yang membuat peserta didik tertarik untuk belajar PJOK (Astutik, et al., 2024, p. 52).

PJOK menekankan pada keterampilan motorik dan aktivitas fisik sebagai ekspresi diri, dengan aktivitas fisik atau aktivitas gerak sejauh ini untuk tujuan, pengambilan keputusan dan sebagainya serta dapat dimodifikasi dalam pembelajaran (Knudson & Brusseau, 2021, p. 5). PJOK merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan peserta didik sebagai individu dan

mahkluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar. Hal Ini dikarenakan pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya PJOK, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang (Utami & Purnomo, 2019, p. 11).

PJOK merupakan proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan jasmani dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan serta perkembangan watak dan kepribadian dalam rangka pembentukan individu Indonesia yang berkualitas. PJOK adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas isik untuk menghasilkan perubahan *holistic* dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Wicaksono, dkk, 2020, p. 11).

PJOK mewujudkan tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani atau fisik, sehingga bukan hanya mengembangkan aspek jasmani saja melainkan juga mengembangkan aspek kognitif yang meliputi kemampuan berpikir kritis dan penalaran serta aspek afektif yang meliputi keterampilan sosial, karakter diri seperti kepedulian dan kemampuan kerjasama. Ini berarti bahwa PJOK tidak hanya membentuk insan Indonesia sehat namun juga cerdas dan berkepribadian atau berkarakter dengan harapan akan lahir generasi

bangsa yang tumbuh dan berkembang dengan karakter yang memiliki moral berdasarkan nilai-nilai luhur bangsa dan agama (Triansyah, dkk., 2020, p. 146).

PJOK adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka pendidikan nasional (Walton-Fisette & Wuest, 2018, p. 12). PJOK bukan hanya bagian penting dari kehidupan manusia. PJOK juga merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, melalui PJOK yang diarahkan dengan baik, siswa akan mengembangkan keterampilan yang berguna untuk mengisi waktu luang, terlibat dalam kegiatan yang kondusif untuk mengembangkan kehidupan yang sehat, berkembang secara sosial, dan berkontribusi pada kesehatan fisik dan mental (Lubis et al., 2023, p. 3).

PJOK 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 PJOK tidak hanya mengembangkan kemampuan motorik anak saja melainkan juga mengembangkan aspek kognitif dan afektif (Kusriyanti & Sukoco, 2020, p. 35). PJOK merupakan satu-satunya mata pelajaran dalam kurikulum yang memiliki tujuan untuk meningkatkan kompetensi siswa dalam aspek kognitif, psikomotorik

maupun afektif melalui aktivitas jasmani yang terkonsep dalam rencana pembelajaran (Nugroho, dkk., 2024, p. 33).

PJOK bukan hanya merupakan bagian penting bagi kehidupan manusia saja. PJOK juga merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, melalui PJOK yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya. Program PJOK yang efektif membantu peserta didik untuk memahami dan menghargai nilai yang baik sebagai sarana untuk mencapai produktivitas terbesar, efektivitas, dan kebahagiaan. PJOK terkait langsung dengan persepsi positif peserta didik dan kebiasaan olahraga. PJOK memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dan sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (Lestari, 2020, p. 8).

PJOK, selain sebagai disiplin ilmu yang berhubungan dengan tubuh, juga bekerja pada pendidikan kewarganegaraan peserta didik. Oleh karena itu, PJOK harus diberi nilai yang sama dengan mata pelajaran lainnya. Pembelajaran PJOK harus memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melampaui kecerdasan praktis (Ruiz-Ariza, et al., 2021, p. 15). PJOK merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, dan

pengetahuan. Peserta didik melalui PJOK akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitanya dengan pesan pribadi yang menyenangkan (García-Hermoso, et al., 2020, p. 2).

PJOK adalah disiplin ilmu yang secara tradisional dianggap sebagai disiplin ilmu praktis, yang berorientasi pada pengajaran keterampilan dan kemampuan motorik. Namun, terlepas dari pentingnya gerakan dan latihan fisik untuk pembentukan individu yang integral (Echeverría, et al., 2023, p. 583). Pembelajaran PJOK dari perspektif perilaku motorik, aspek-aspek seperti kognisi, emosi, komunikasi, dan budaya dapat diatasi, yang merupakan hal mendasar bagi pembentukan individu secara integral (Rodríguez-Rodríguez et. al., 2021).

Pada hakikatnya PJOK adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental dan emosional (Wright & Richards, 2021, p. 21). Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa PJOK 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.

b. Tujuan Pembelajaran PJOK

Pada dasarnya konsep PJOK merupakan bagian penting dari proses pendidikan, artinya PJOK bukan hanya dekorasi atau ornamen pelengkap yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk menambah kegiatan pada anak didik saja. Lebih dari itu, PJOK adalah bagian penting dari pendidikan itu sendiri dan semestinya dapat terlaksana dengan acuan dan standar yang jelas sehingga dapat memacu keterampilan pada anak didik sebagaimana materi pembelajaran yang lainnya pada kurikulum di sekolah. PJOK yang diatur dan dilaksanakan dengan baik, maka anak-anak dapat mengembangkan keterampilan yang bermanfaat pada kegiatan di waktu senggangnya, dengan keterlibatan dalam aktivitas yang kondusif dan produktif untuk mengembangkan gaya hidup sehat, berkembang secara sosial, serta menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya (Ridwan & Astuti, 2021, p. 2).

Pembelajaran PJOK tidak hanya berkontribusi pada perkembangan fisik peserta didik, tetapi juga membantu untuk meningkatkan kepercayaan diri sekaligus mengurangi stres dan kecemasan. PJOK berkontribusi pada sosialisasi individu dengan kepercayaan diri kelompok. Karena strukturnya, PJOK tentu saja mencakup banyak kegiatan di mana peserta didik berinteraksi satu sama lain. Kegiatan-kegiatan ini membuka jalan bagi peserta didik untuk bersenang-senang satu sama lain dan berkumpul. Telah

diketahui bahwa kegiatan aktivitas fisik memiliki efek positif positif terhadap perkembangan hubungan teman sebaya (Uğraş & Özen, 2020, p. 48).

Tujuan PJOK hampir sama halnya dengan, pengertian PJOK, tujuan PJOK pun sering dituturkan dalam redaksi yang beragam. Namun, keragaman tujuan penuturan tujuan PJOK tersebut pada dasarnya bermuara pada pengertian PJOK itu sendiri. Oleh karena itu, tujuan yang ingin dicapai melalui PJOK pun mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan PJOK tidak hanya terfokus pada aspek fisik saja, melainkan juga aspek mental, emosional, sosial dan spiritual. Pratiwi & Oktaviani (2018, p. 5) menyatakan bahwa secara umum tujuan PJOK dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu:

- 1) Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).
- 2) Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna (*skillfull*).
- 3) Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang PJOK ke dalam lingkungannya, sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab peserta didik.
- 4) Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan peserta didik dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Tujuan PJOK mempertimbangkan adanya tujuan pembelajaran, kemampuan peserta didik, metode pembelajaran, materi, sarana dan

prasarana, serta aktivitas pembelajaran. Salah satu tujuan utama dari PJOK adalah untuk mendorong motivasi terhadap subjek untuk meningkatkan prestasi akademik atau latihan fisik (Quintas-Hijós, 2019, p. 20). Tujuan dari PJOK adalah untuk meningkatkan taraf kesehatan anak yang baik dan tidak bisa disangkal pula ada yang mengatakan bahwa tujuan PJOK adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dengan demikian proses pembelajaran PJOK dapat membentuk karakter yang kuat untuk peserta didik, baik fisik, mental maupun sosial, sehingga di kemudian hari diharapkan peserta didik memiliki budi pekerti yang baik, bermoral, serta mandiri dan bertanggung jawab (Mahardhika, dkk., 2018, p. 12).

Pendapat Muzakki (2022, p. 8) bahwa PJOK penting untuk perkembangan mental, fisik, sosial, emosional dan moral individu. Dalam pembelajaran yang dibentuk sesuai dengan kebutuhan peserta didik, aktivitas individu berdasarkan tujuan dan hasil individu ditekankan. Dengan aktivitas yang ditawarkan oleh ruang terbuka dan di mana permainan itu penting, peserta didik diharapkan untuk melampaui dirinya sendiri daripada perlombaan kinerja antar individu. Kegiatan dengan kata lain adalah untuk pengembangan individu. Mendefinisikan konsep PJOK menurut pandangan eksistensial; peserta didik memiliki kebebasan untuk memilih berbagai kegiatan dalam program. Kegiatan individu harus memastikan bahwa peserta didik menjadi sadar akan realitas mereka dan mengambil tanggung jawab.

Aktivitas fisik pada anak-anak dan remaja meningkatkan pertumbuhan yang sehat, meningkatkan tingkat kinerja sekolah dan memperkuat tubuh. Dalam integrasi sosial, sangat penting untuk memastikan bahwa anak memiliki kesempatan untuk berpartisipasi dalam pengambilan keputusan yang melibatkan pengorganisasian kegiatan olahraga di komunitas sekolah dan di lingkungan luar sekolah. Salah satu tujuan PJOK adalah untuk meningkatkan kemungkinan anak muda mengadopsi gaya hidup aktif dan mempertahankannya sebagai orang dewasa, maka PJOK harus mengasumsikan semakin penting dalam kesehatan individu dan dapat dianggap sebagai kebutuhan biologis manusia. PJOK juga memungkinkan peserta didik untuk berkembang melalui rangsangan dari olahraga dan aktivitas fisik, memungkinkan peningkatan prosedur perilaku motorik dasar (berlari, melompat, melempar, menggenggam, dan lain-lain) dan pengembangan keterampilan olahraga yang terkait dengan olahraga praktik hidup sehat (Martins, et al., 2023, p. 43).

PJOK bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani, pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, dan banyak lagi tujuan lainnya. Muzakki (2022, p. 12) menyatakan bahwa secara sederhana, PJOK memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk:

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- 3) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- 5) Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan peserta didik berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
- 6) Menikmati kesenangan dan kerianan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Secara umum tujuan PJOK dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu: (1) Perkembangan fisik, (2) Perkembangan gerak, (3) Perkembangan mental, dan (4) perkembangan social. Perkembangan fisik, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*). Perkembangan gerak, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah dan sempurna (*skillfull*). Perkembangan mental, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang PJOK ke dalam lingkungannya, sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap dan tanggung jawab peserta didik. Perkembangan sosial, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan

peserta didik dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat (Pratiwi & Asri, 2020, p. 4).

Purwanto & Susanto (2019, p. 7) menyatakan PJOK dilaksanakan melalui media fisik, yaitu: beberapa aktivitas fisik atau beberapa tipe gerakan tubuh. Meskipun para peserta didik mendapat keuntungan dari proses aktivitas fisik ini, tetapi keuntungan bagi peserta didik tidak selalu harus berupa fisik, non-fisik pun bisa diraih seperti: perkembangan intelektual, sosial, dan estetika, seperti juga perkembangan kognitif dan afektif. Secara utuh, pemahaman yang harus ditangkap adalah: PJOK menggunakan media fisik untuk mengembangkan kesejahteraan total setiap orang. Karakteristik PJOK seperti ini tidak terdapat pada mata pelajaran lain, karena hasil kependidikan dari pengalaman belajar fisik tidak terbatas hanya pada perkembangan tubuh saja. Konteks melalui aktivitas jasmani yang dimaksud adalah konteks yang utuh menyangkut semua dimensi tentang manusia, seperti halnya hubungan tubuh dan pikiran. Tentu, PJOK tidak hanya menyebabkan seseorang terdidik fisiknya, tetapi juga semua aspek yang terkait dengan kesejahteraan total manusia, seperti yang dimaksud dengan konsep “kebugaran jasmani sepanjang hayat”. Seperti diketahui, dimensi hubungan tubuh dan pikiran menekankan pada tiga domain pendidikan, yaitu: psikomotor, afektif, dan kognitif.

Salah satu tujuan utama dari PJOK adalah untuk mendorong motivasi terhadap subjek untuk meningkatkan prestasi akademik atau latihan fisik (Quintas-Hijós, et al., 2019, p. 20). Tujuan PJOK di sekolah dasar juga mempertimbangkan adanya tujuan pembelajaran, kemampuan peserta didik, metode pembelajaran, materi, sarana dan prasarana, serta aktivitas pembelajaran. Materi dalam PJOK mempunyai beberapa aspek di antaranya aspek permainan dan olahraga, aspek pengembangan, aspek uji diri/senam, aspek ritmik, aspek akuatik, aspek pendidikan luar kelas, dan aspek kesehatan (Kurniawan & Suharjana, 2018, p. 31).

Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan PJOK adalah mengembangkan peserta didik secara keseluruhan melalui kegiatan jasmani, bukan hanya mengembangkan fisik saja, melainkan juga mengembangkan mental, sosial, emosional, intelektual, dan kesehatan secara keseluruhan. Sebagaimana telah dibahas sebelumnya, bahwa tujuan dilaksanakannya PJOK adalah untuk meningkatkan kualitas peserta didik dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotornya. Lebih khusus lagi, PJOK berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya

seperti PJOK yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

c. Capaian Pembelajaran PJOK SD

Penerapan standar dan isi capaian pembelajaran jenjang SD, dengan elemen dan sub elemen Capaian Pembelajaran dapat dipadukan dengan muatan lokal sesuai karakteristik daerah masing-masing dimana sekolah tersebut berada. Guru PJOK dapat memilah, memilih, dan menetapkan materi ajar dan strategi pembelajaran sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Ketersediaan alokasi waktu untuk mata pelajaran PJOK di SD empat jam pelajaran setiap minggu dapat digunakan secara fleksibel oleh guru dengan mempertimbangkan kecukupan dan ketercakupan, serta keluasan dan kedalaman kompetensi yang ingin dicapai. Alokasi waktu pembelajaran di SD merupakan jumlah minimal yang dapat disesuaikan dengan mempertimbangkan jam mata pelajaran lain melalui kesepakatan sekolah (Kemendikbud, 2020).

Materi-materi ajar PJOK di SD dijabarkan dari elemen dan sub elemen capaian pembelajaran secara umum yang kemudian dirinci ke dalam fase dan kelas. Fase B merupakan fase dimana terdapat kelas III dan IV. Pada fase B terdiri dari elemen keterampilan gerak dan elemen pengetahuan gerak yang meliputi: permainan sederhana (*lead up games*) yang mengarah pada penguasaan pengembangan pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif yang mengarah pada

pengembangan gerak dasar. Sekolah dapat memilih satu atau beberapa jenis permainan sesuai dengan kondisi sarana dan prasarana yang tersedia dan kemampuan guru dalam membelajarkan setiap elemen dan sub elemen, tidak terkecuali dengan sub elemen aktivitas air (Kemendikbud, 2020).

Pada sub elemen tertentu, guru wajib membelajarkan peserta didik (aktivitas senam, gerak berirama, dan pengembangan pola hidup sehat), karena dianggap tidak memerlukan sarana dan prasarana khusus atau dengan mudah untuk dimodifikasi dan setiap sekolah diharapkan mampu memenuhinya. Apabila satuan pendidikan menetapkan pelaksanaan pembelajaran PJOK dilaksanakan setiap minggu, maka mata pelajaran PJOK diberikan alokasi waktu empat jam pembelajaran (@ 35 menit) per minggu. Empat jam pembelajaran per minggu tersebut dapat diatur sebagai berikut:

- 1) Total jam pelajaran PJOK dalam satu tahun adalah 144 JP. Jam pelajaran tersebut terbagi menjadi dua kegiatan pembelajaran, yaitu: dalam bentuk pembelajaran intrakurikuler sebanyak 108 JP (75%) dan pembelajaran kokurikuler sebanyak 36 JP (25%) dari total jam pembelajaran PJOK.
- 2) Melakukan kegiatan belajar mengajar intrakurikuler sebanyak tiga jam pelajaran per minggu atau per pertemuan dengan alokasi waktunya adalah 105 menit. Strategi pembelajaran dapat dilakukan sebagai berikut:

- a) Tiga jam pelajaran dilakukan dalam satu hari sekaligus (misalnya: di hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis, Jumat, atau Sabtu).
 - b) Dua jam pelajaran dan satu jam pelajaran di hari yang berbeda (misalnya: dua jam hari Senin dan satu jam pelajaran lagi di hari Rabu).
- 3) Melakukan kegiatan belajar mengajar kokurikuler sebanyak satu jam pelajaran per tahun dalam bentuk proyek Profil Pelajar Pancasila.

Pada akhir Capaian Pembelajaran jenjang SD (Fase B), peserta didik dapat menunjukkan kemampuan berbagai keterampilan variasi dan kombinasi aktivitas pola gerak dasar dan keterampilan gerak secara mandiri (tanpa meniru contoh) berupa permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional) sebagai hasil pemahaman pengetahuan yang benar, melakukan latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan sesuai dengan prinsip latihan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara mandiri, selain itu juga dapat menganalisis nilai-nilai aktivitas jasmani (Kemendikbud, 2020).

Di dalam dokumen capaian pembelajaran dijelaskan capaian pembelajaran PJOK di SD pada akhir fase A, B, dan C (Umumnya kelas I s.d VI), peserta didik dapat menunjukkan kemampuan berbagai

gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif aktivitas jasmani dan olahraga sebagai hasil pemahaman pengetahuan yang benar, melakukan latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan sesuai dengan prinsip latihan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara mandiri, selain itu juga dapat menganalisis nilai-nilai aktivitas jasmani.

3. Hakikat Renang

a. Pengertian Renang

Berenang adalah salah satu olahraga Olimpiade yang paling menarik karena menawarkan banyak tantangan dan atraksi untuk olahraga dan rekreasi tujuan. Berenang juga merupakan hiburan yang menarik, manfaat kardiovaskular dipromosikan untuk kesehatan dan umum kebugaran. Saat ini cukup banyak pengetahuan tentang renang tersedia untuk ilmuwan olahraga. Dalam rangka untuk kinerja yang sukses, atlet membutuhkan karakteristik fisik yang berkembang dengan baik khusus untuk persyaratan renang dan acara tertentu di mana mereka bersaing (Banerjee & Bag, 2019, p. 414).

Berenang adalah olahraga yang menggunakan anggota tubuh terutama tangan dan kaki untuk bergerak di dalam air (Burkhardt, et al., 2021, p.2). 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. Kurniawan & Winarno (2020,

p. 543) olahraga renang selain berfungsi sebagai olahraga rekreasi, dapat berfungsi sebagai sarana terapi bagi masalah-masalah kesehatan. Subagyo (2017, p. 54) menyatakan bahwa hakikat olahraga renang adalah gerak tubuh manusia di air, perlu diutarakan yang lebih rinci apa itu gerak tubuh dan bagaimana air apabila dipakai untuk bergerak. Gerak tubuh manusia pada prinsipnya adalah adanya perubahan posisi tubuh dari sikap anatomis baik gerakan ke arah bidang frontal, sagital maupun transversal.

Sejalan dengan pernyataan tersebut Sanjaya et al., (2022, p. 2) mengemukakan bahwa olahraga renang merupakan bentuk dari suatu aktivitas yang dilakukan di air untuk mengolah fisik yang dapat menyehatkan dan menyenangkan. Perkenalan dari metode air, diharapkan dapat melancarkan aktivitas berenang dan menguasai gerakan-gerakan dasar dalam renang. Pelajaran pertama pengenalan air, mengenali air dengan menyentuhnya dari atas dari kolam, kemudian masuk ke kolam dangkal secara perlahan, setelah seluruh tubuh memasuki kolam, diikuti oleh pengenalan pernafasan dalam air, mengapung, meluncur dan kemudian mengenali gaya-gaya dalam berenang (Harmoko & Sovensi, 2021, p. 22).

Berenang itu menyenangkan, dan renang merupakan salah satu aktivitas fisik yang meningkatkan kualitas tubuh anak koordinasi dan keseimbangan. Manfaat berenang lainnya bagi anak juga membuat jantung dan paru-paru lebih kuat. Berenang bisa dilakukan di semua

tingkatan umur mulai dari anak-anak, remaja, dewasa hingga lansia. Melalui renang, anak-anak memiliki kesempatan untuk mengetahui dan memahami lingkungannya. Anak juga mendapat kesempatan untuk bergerak dengan bebas, karena mau tidak mau ia harus bergerak seluruh tubuhnya. Tujuannya agar tubuh bisa melayang dan bergerak (Armen & Rahmadani, 2019, p. 86).

Renang merupakan stimulus yang luar biasa baik dari aspek fisik maupun mental. Olahraga renang mempunyai banyak manfaat, diantaranya adalah memelihara dan meningkatkan kebugaran, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, untuk membentuk kemampuan fisik seperti daya tahan, kekuatan otot serta bermanfaat pula bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik anak, untuk sarana dan prasarana pendidikan, rekreasi, rehabilitasi. Manfaat yang ada pada aktivitas olahraga renang tersebut antara lain adalah untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, untuk membentuk kemampuan fisik seperti daya tahan, kekuatan otot serta bermanfaat pula bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik anak, untuk sarana pendidikan, rekreasi, rehabilitasi, serta prestasi (Haking & Soepriyanto, 2019, p. 320).

Berenang dapat meningkatkan konsumsi oksigen sebesar 10% di atas dalam kondisi normal, sehingga meningkatkan daya tahan tubuh hingga meningkat. Selain itu berenang meningkatkan efisiensi jantung tubuh manusia sebesar 18% dibandingkan kondisi normal,

sehingga mengurangi resiko stroke. Manfaat renang juga bermacam-macam seperti, membangun otot, meningkatkan fungsi jantung dan paru-paru, menambah tinggi badan, membakar lebih banyak kalori dan mengurangi stress (Bangun & Ananda, 2021, p. 258).

Peden & Franklin (2020, p. 1) menjelaskan bahwa belajar berenang melalui program terstruktur adalah keterampilan penting untuk mengembangkan akuatik kompetensi dan mencegah tenggelam. Takut air bisa menghasilkan perilaku fobia yang kontra produktif ke proses belajar. Belajar berenang telah ditemukan sebagai strategi pencegahan tenggelam yang efektif dan telah diusulkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai salah satu dari sepuluh strategi kunci untuk pencegahan penenggelaman global. Partisipasi dalam pelajaran renang formal telah terbukti mengurangi resiko tenggelam usia antara 1-19 tahun dan tinjauan bukti baru-baru ini menunjukkan bahwa mengajar akuatik untuk anak kecil tidak menyebabkan peningkatan resiko terutama bila dikombinasikan dengan strategi pencegahan tenggelam tambahan pengawasan, membatasi akses ke air dan pengasuh pelatihan resusitasi jantung paru (RJP).

Berdasarkan pengertian yang dikemukakan oleh beberapa ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa olahraga renang merupakan salah satu olahraga air yang dilakukan dengan cara menggerakkan anggota tubuh secara efektif dan efisien. Selain memiliki fungsi sebagai

kegiatan dalam mengisi waktu luang, menjaga kesehatan, menjaga keselamatan diri, berenang juga sebagai olahraga untuk meraih prestasi.

b. Macam-macam Gaya Renang

Olahraga renang yang bertujuan untuk mencapai prestasi, maka dalam melakukan gerakan renang harus dilakukan dengan cara efektif dan efisien. Maksud dari gerakan efektif dan efisien yaitu bergerak dengan cara memperkecil atau mengurangi terjadinya hambatan pada saat berada di air. Dalam olahraga renang terdapat gaya renang yang diperlombakan yaitu gaya bebas, gaya punggung, gaya dada, dan gaya kupu-kupu. Setelah mengetahui berbagai macam-macam gaya renang, hal yang perlu diketahui agar perenang dapat berenang lebih cepat, harus melakukan salah satu dari hal-hal berikut: (1) mengurangi hambatan, (2) menambah dorongan, dan (3) mengkombinasikan dari keduanya (Arhesa, et al., 2020, p. 12).

Olahraga renang memiliki empat gaya dan masing masing gaya memiliki tingkat kesulitan berbeda-beda. Empat gaya tersebut adalah gaya kupu-kupu, gaya punggung, gaya dada, dan gaya bebas (Gani dkk., 2019, p. 2). Renang memiliki empat gaya, yaitu (1) gaya dada, (2) gaya bebas, (3) gaya punggung, dan (4) gaya kupu-kupu. Gaya, tetapi dalam pembelajaran renang di gaya bebas dasar yang dipelajari, gaya bebas dianggap sebagai gaya mudah dipelajari (Elena-Diana & Vladimir, 2019, p. 32). Subagyo (2018, p. 27) menyatakan dalam

cabang renang perlombaan, terdapat beberapa gaya-gaya renang yang diperlombakan secara resmi dalam suatu acara pertandingan/*event* perlombaan. Gaya-gaya renang tersebut antara lain: gaya *crawl* atau gaya bebas, gaya *back crawl* atau gaya punggung, gaya *breastroke* atau gaya dada, gaya *dolphin* atau gaya kupu-kupu. Yusuf (2017, p. 412-415) menjelaskan masing-masing gaya dalam renang sebagai berikut:

1) Gaya Bebas (*Crawl*)

Gaya ini menyerupai cara berenang seekor binatang, oleh sebab itu disebut juga gaya *crawl* yang berarti merangkak. Dalam istilah olahraga renang disebut juga gaya bebas. Pengertian gaya bebas (*free style*) dalam olahraga renang adalah perlombaan renang gaya bebas, artinya si perenang boleh melakukan gaya apapun, sedangkan bila dalam gaya renang gaya ganti, baik gaya ganti perorangan maupun gaya ganti estafet, maka si perenang yang melakukan gaya bebas adalah gaya-gaya yang selain gaya punggung, dan gaya kupu-kupu.

Secara umum yang dimaksud dengan gaya bebas adalah gaya *crawl*. Terutama harus diingat pada waktu mempelajari gaya bebas adalah tubuh harus berada pada posisi datar di atas air dengan bahu kita agak ke belakang sedangkan kaki hanya beberapa inci di bawah permukaan, yang penting adalah mempertahankan wajah di atas air, dengan mata terus tertancap ke depan dan ke

bawah, kecuali pada waktu sedang bernafas. Bernafas ke sisi sementara kepala pada posisi sedemikian, sehingga kepala segaris lurus dengan permukaan.

2) Gaya Dada (*Breast Stroke*)

Gaya ini sering juga disebut dengan istilah gaya katak, karena gaya gerakan kaki dan tangan hampir mirip dengan seekor katak berenang. Gaya dada adalah gaya yang pertama-tama dipelajari oleh kebanyakan orang pada waktu mereka mulai belajar berenang. Dimulai dari gaya katak, yaitu dada yang pergerakan kakinya dengan tiga fase; (1) kedua kaki lurus, (2) lutut ditarik ke samping, kedua tumit tetap rapat, (3) kedua kaki dibentangkan ke samping selebar mungkin, kemudian merapatkan kedua kaki tersebut dengan kuat sampai lurus. Uraian mengenai teknik gaya dada adalah sebagai berikut: (1) posisi badan, (2) gerakan kaki, (3) gerakan lengan, (4) gerakan pengambilan nafas, dan (3) koordinasi gerakan keseluruhan.

3) Gaya Kupu-Kupu

Gaya kupu-kupu adalah suatu variasi dari gaya dada dimana pada gaya ini kedua lengan lurus berada di atas permukaan air untuk diteruskan ke depan, sedangkan pada gaya dada kedua lengan diluncurkan ke depan di bawah permukaan air. Gaya kupu-kupu adalah gaya yang diatur oleh beberapa peraturan sebagai berikut: kedua lengan harus digerakkan ke depan bersama-sama di

atas air dan harus ditarik ke belakang pada saat yang sama pula, kecuali itu sikap harus sedemikian, sehingga seakan-akan menghadap air dengan bahu paralel dengan permukaan.

4) Gaya Punggung (*back stroke*)

Gaya ini dilakukan dengan sikap telentang dengan tangan mengayuh air dari atas ke bawah atau gaya punggung. Gaya punggung adalah gaya yang dilakukan dengan posisi badan telentang di atas permukaan air. Seperti halnya gaya bebas, gaya punggung ini mempergunakan gerak lengan dan kaki secara bergantian dan tidak bersama-sama seperti halnya gaya kupu-kupu. Sesungguhnya *timing* (pengaturan waktu) dari gaya punggung dan gerakan kakinya sama dengan apa yang ditemukan pada gaya bebas.

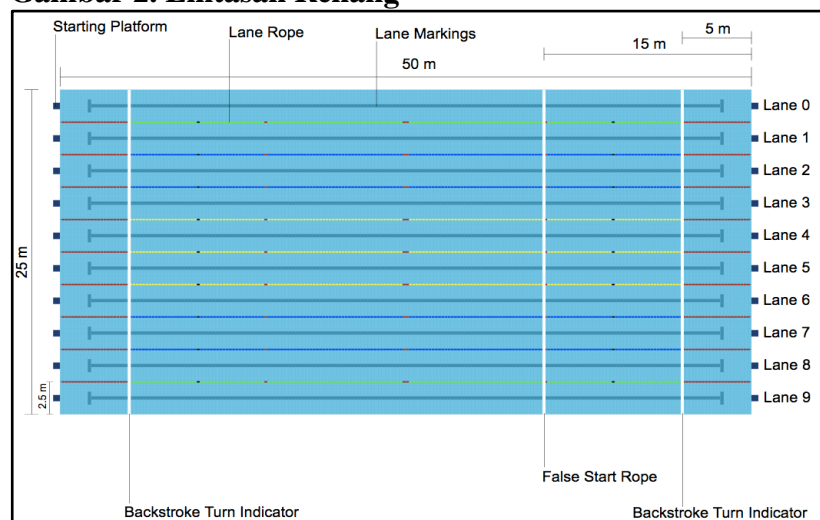
c. Sarana dan Prasarana Renang

Menunjang prestasi atlet maka dibutuhkan sarana dan prasarana yang memadai dan memenuhi standar yang sudah ditentukan. Sarana dan prasarana yang kurang memadai juga berpengaruh sangat penting karena dapat mengakibatkan orang yang menggunakan celaka. Fasilitas yang diperlukan untuk mendukung olahraga renang diantaranya kolam renang, lintasan, pengukur waktu, dan balok *start*. Perlengkapan yang digunakan dalam berenang yaitu ban, kacamata renang, kaki katak, pakaian renang, papan pelampung,

c) Lintasan

Ukuran lintasan pada sebuah kolam renang ditentukan dengan berstandar internasional. Lebar lintasan paling sedikit 2,5 meter dengan jarak paling sedikit 0,2 meter diluar lintasan pertama dan terakhir. Tali pembatas merupakan unsur yang membedakan kolam renang biasa dengan kolam renang khusus. Tali lintasan dibedakan berdasarkan nomor lintasan, untuk lintasan nomor 1 dan 8 berwarna hijau, untuk lintasan 2, 3, 6, dan 7 berwarna biru, dan nomor 4 dan 5 berwarna kuning. Penomoran ini disusun berdasarkan waktu tercepat, perenang tercepat lintasan nomor 4, perenang kecepatan di bawahnya diletakkan di lintasan 5,3,6,2,7,1, sedangkan perenang dengan kecepatan terakhir di lintasan nomor 8.

Gambar 2. Lintasan Renang



Sumber: Kurniawati (2016, p. 12)

d) *Balok Star*

Tinggi balok *start* antara 0,5 meter hingga 0,75 meter dari permukaan air. Sedangkan ukuran balok *star* 0,5 meter x 0,5 meter dengan kemiringan tidak lebih 10 derajat.

Gambar 3. Balok *Start*



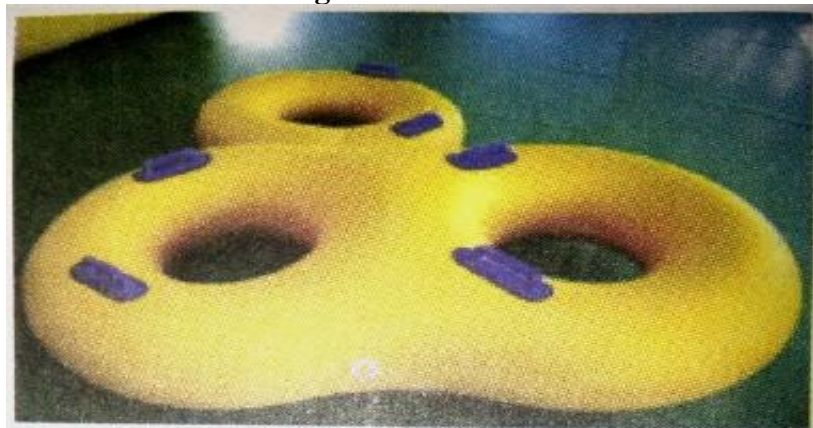
Sumber: Kurniawati (2016, p. 14)

2) Peralatan Renang

a) Ban

Perlengkapan yang biasanya digunakan perenang yang belum mahir dalam berenang agar tidak tenggelam.

Gambar 4. Ban Renang



Sumber: Kurniawati (2016, p. 14)

b) Kacamata Renang

Perlengkapan kacamata renang penting digunakan untuk melindungi mata agar tidak perih dan iritasi. Kacamata tersedia dua macam, kacamata minus, dan kacamata buram.

Gambar 5. Kacamata Renang



Sumber: Kurniawati (2016, p. 14)

c) Kaki katak

Perlengkapan kaki katak digunakan perenang untuk mempercepat dalam berenang, terutama dalam renang gaya bebas. Akan tetapi, kaki katak ini sering digunakan sebagai perlengkapan untuk menyelam.

Gambar 6. Kaki Katak



Sumber: Kurniawati (2016, p. 15)

d) Pakaian Renang

Pakaian renang yang baik untuk digunakan dalam berenang berbahan nylon. Bahan ini selain *elastic* juga ringan. Pakaian renang digunakan untuk mencegah terbakarnya kulit dan iritasi.

Gambar 7. Pakaian Renang



Sumber: Kurniawati (2016, p. 15)

e) Papan Pelampung

Papan pelampung digunakan saat belajar kaki gaya dada dan gaya bebas. Tujuannya untuk melatih ketahanan dan kekuatan kaki. Papan ini biasa digunakan untuk mengapung dan meluncur.

Gambar 8. Papan Pelampung



Sumber: Kurniawati (2016: 15)

f) *Hand Paddles*

Perlengkapan ini digunakan untuk melatih kekuatan tangan. Digunakan untuk renang gaya bebas.

Gambar 9. *Hand Paddles*



Sumber: Kurniawati (2016, p. 16)

g) *Pull Boy*

Perlengkapan ini digunakan untuk belajar gaya kupu-kupu. Tujuannya digunakan untuk membantu kaki yang sering tenggelam saat belajar gaya kupu-kupu agar kaki terangkat ke atas permukaan air.

Gambar 10. *Pull Boy*



Sumber: Kurniawati (2016, p. 16)

h) Penutup Kepala

Penutup kepala digunakan untuk menutup rambut agar terlindungi dari kolam renang yang mengandung kaporit. itu juga untuk perenang yang berambut panjang agar tidak terganggu dalam berenang.

Gambar 11. Penutup Kepala



Sumber: Kurniawati (2016, p. 16)

4. Tahap Pembelajaran Renang

Renang pada jenjang Sekolah Dasar masuk ke dalam kurikulum Merdeka yang memiliki bintang tiga, artinya pelaksanaan pembelajaran renang boleh dilaksanakan atau boleh tidak dilaksanakan menurut dari kebijakan dan kemampuan masing-masing sekolah. Di beberapa sekolah pembelajaran belum dilakukan karena keterbatasan fasilitas akan tetapi di beberapa sekolah sudah melakukan pembelajaran renang dengan kebijakan dari sekolah tersebut. Pada kenyataan di lapangan pembelajaran renang sekolah dasar hanya dilakukan satu kali dalam satu semester itupun sesuai kebijakan dari sekolah. Maka dari itu karena hanya di lakukan satu kali dalam satu semester sehingga tidak terlihat inovasi model pembelajaran renang.

Kurikulum Merdeka materi PJOK memberikan rekomendasi untuk menggunakan berbagai metode, strategi dan model dalam pembelajaran renang. Hal ini perlu dilakukannya sebuah investigasi berbagai metode atau model pembelajaran renang tentang apa saja yang telah dilakukan

oleh pendidik Indonesia untuk mengajarkan renang dalam PJOK di sekolah dasar.

Martinus, et al., (2021, pp. 21-24) menyatakan bahwa dasar belajar berenang meliputi:

a. Pengenalan air

Pengenalan air sangat perlu bagi yang baru pertama kali belajar renang. Tujuannya adalah untuk menghilangkan rasa takut terhadap air dan mengenal sifat-sifat air seperti basah, dingin, dan sebagainya. Sebagian besar anak-anak, bahkan orang dewasa yang belum pernah masuk kedalam kolam renang biasanya akan menjadi takut atau cemas ketika akan masuk kedalamnya. Banyak hal yang dapat menyebabkan seseorang takut untuk masuk kedalam kolam renang, diantaranya adalah perasaan takut terhadap air atau phobia, takut dengan kedalaman kolam, pengalaman masa lalu yang kurang menyenangkan atau traumatik dan merasa terancam keselamatannya. Untuk itu sebaiknya mereka masuk ke kolam yang dangkal terlebih dahulu. Setelah terbiasa dan keberaniannya mulai muncul, bisa mulai di ajak ke kolam renang yang sedikit agak lebih dalam. Sebaiknya tetap dalam keadaan bisa menginjakan kakinya ke lantai kolam renang tanpa tenggelam.

b. Cara Membuang Nafas di Air

Bagi individu yang awam, untuk mengambil udara di atas permukaan air dan kemudian masuk permukaan air kemudian

membuang sisa-sisa pembakaran melalui mulut dan hidung memang tidak mudah. Terutama kebiasaan sehari-hari sangat mempengaruhi hal itu. Namun bisa diberikan latihan-latihan yang teratur, dalam waktu yang relatif tidak lama hal semacam itu mudah untuk dikuasai dengan baik. Beberapa bentuk pernafasan dapat di berikan sebagai berikut:

- 1) Sebelum masuk air, cobalah di darat dengan melatih irama mengambil nafas melalui mulut dan mengeluarkan sisa pembakaran melalui hidung, hingga irama ini bisa dikerjakan secara otomatis. Kemudian setelah bisa dikerjakan hal di atas, cobalah cara dikerjakan di tempat atau di kolam dangkal atau kolam renang yang memungkinkan seseorang dapat berdiri. Ambilah udara melalui mulut kemudian tutup mulut dan masukan bagian muka ke permukaan air, setelah beberapa saat secara perlahan buanglah sisa pembakaran itu melalui hidung.
- 2) Kerjakanlah secara berulang-ulang dan kalau memungkinkan mencapai 50-100 kali ulangan, dimana dengan jumlah itu di harapkan gerakannya bisa di kerjakan secara otomatis dan terbiasa. Bagi mereka yang sulit untuk mengambil udara melalui mulut dan membuang melalui hidung, untuk sementara dapat di kerjakan dengan bantuan hidung.
- 3) Namun cara ini bila sudah menguasai irama pernafasan yang sebenarnya, hendaknya ditinggalkan, oleh karena cara itu sering berakibat mengisap air melalui hidung.

4) Latihan pernafasan ini dapat ditingkatkan dengan memperlama waktu ketika bagian muka berada di bawah permukaan air, setelah jarak waktu di tempuh lanjutkan dengan membuang sisa pembakaran secara perlahan sebelum naik keatas permukaan air. Misalnya ketika di bawah permukaan air diharuskan berhitung hingga 10, kemudian membuang sisa pembakaran dan selanjutnya naik keatas permukaan air untuk mengambil udara kembali. Cara yang sama dapat dikerjakan menggunakan papan latihan, dimana dengan sikap membungkuk dan kedua kaki tetap pada sikap berjalan di dasar kolam, kemudian kedua tangan memegang papan latihan di kedua ujungnya. Lakukan cara-cara diatas sambil berjalan atau diam ditempat.

c. Melakukan Permainan di Air

Lima macam permainan di air antara lain: Permainan saling membasahi muka, permainan mengambil benda di dasar kolam, permainan melompati katak menerobos lubang, permainan bertukar tempat dengan angka dan permainan kucing mengejar ikan.

d. Teknik Dasar Mengapung

Penguasaan teknik yang tinggi akan selalu diikuti oleh kecepatan renang yang tinggi pula. Kesempurnaan teknik-teknik dasar dari setiap gerakan adalah penting, oleh karena itu akan menentukan gerak keseluruhan. Oleh karena itu gerak-gerak dasar dari setiap bentuk teknik yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga dilatih

dan dikuasai secara sempurna. Mengapung adalah teknik yang paling dasar dalam berenang untuk semua gaya, oleh sebab itu sebelum mempelajari teknik renang gaya bebas perlu dikuasai bagaimana cara mengapung di air. Posisi mengapung tidak dapat dilakukan dalam satu sikap saja, tetapi banyak posisi yang bisa dilakukan supaya tubuh dapat terapung diatas permukaan air. Lakukan dengan rileks dan melayang tanpa mengeluarkan tenaga.

e. Teknik Dasar Meluncur

Setiap gaya renang didasarkan pada prinsip meluncur di atas permukaan air. Dan selain keyakinan yang kuat, untuk dapat belajar berenang seseorang harus mampu meluncur. Meluncur merupakan dasar dari gerakan renang dan terapung di air, meluncur menjadi modal awal dalam belajar renang. Belajar renang dimulai dengan belajar meluncur. Tanpa dapat meluncur dengan baik, tidak dapat belajar dengan baik.

Subagyo (2018, p. 13-17) menyatakan bahwa dasar belajar berenang meliputi:

a. Pengenalan Air

Pengenalan terhadap air merupakan tahapan yang harus diberikan kepada orang yang akan belajar renang (ataupun siswa yang belajar berenang). Pengenalan terhadap air yang dimaksud adalah aktivitas yang diberikan di dalam air. Karena, berenang dilaksanakan menggunakan media air. Manusia pada hakekatnya bukan merupakan

mahluk yang hidup di air. Namun harus beraktivitas di air. Aktivitas yang akan dilakukan oleh orang yang akan belajar berenang tujuan utamanya adalah memperkenalkan sifat-sifat air. Selain itu, tujuan dari pengenalan air juga mempersiapkan perenang baik secara psikis maupun secara fisik ketika berada di air.

Pengenalan air bertujuan secara psikis dikarena setiap orang yang akan belajar berenang akan mempunyai kesiapan secara kejiwaan, yang diharapkan adalah calon perenang memiliki rasa senang, ketertarikan, kepercayaan diri dan keberanian untuk beraktivitas di air. Pada umumnya, pada setiap orang yang akan belajar berenang pasti memiliki perasaan tidak aman karena takut akan tenggelam. Hal ini merupakan sesuatu hal yang wajar bagi calon perenang yang sama sekali belum dapat berenang atau belajar berenang sesungguhnya. Pengenalan air selanjutnya adalah untuk mempersiapkan calon perenang secara fisik. Hal ini dilakukan untuk memperkenalkan sifat-sifat khusus air. Sifat-sifat yang dimaksud adalah (1) suhu air, (2) hambatan air, (3) keseimbangan di air, (4) sifat air yang mengalir ke tempat yang lebih rendah, (5) sifat air yang tembus pandang, dan (6) kedalaman air.

b. Dasar-dasar Berenang

Sebelum belajar berenang dengan gaya renang, maka terlebih dahulu yang harus diajarkan kepada siswa renang adalah dasardasar berenang. Sebelum belajar dasar-dasar berenang siswa harus dibekali

terlebih dahulu dengan penguasaan di dalam air dengan memberikan aktivitas pengenalan air yang telah dibicarakan pada bagian pengenalan air. Aktivitas di air yang berupa pengenalan air berfungsi untuk mempersiapkan siswa secara fisik dan psikis, terutama untuk mempersiapkan siswa secara psikis terhadap sifat-sifat yang dimiliki oleh air.

Untuk memperkenalkan gaya renang pada siswa, siswa juga harus dibekali terlebih dahulu dengan dasar-dasar berenang seperti yang dikemukakan oleh Dadang Kurnia (1981:10) bahwa dasar-dasar berenang meliputi: pengaturan nafas di air, mengapung dan meluncur. Dengan demikian ketiga dasar berenang tersebut harus dikuasai lebih dulu sebelum memberikan gaya-gaya renang, terutama renang dasar yaitu gaya *crawl* dan gaya dada.

1) Pernafasan di air

Latihan pernafasan di air perlu diberikan terlebih dahulu sebelum belajar renang. Dalam berenang, ketika perenang sedang berada di air, perenang tidak dapat begitu saja melakukan pernafasan sewaktu-waktu seperti ketika beraktivitas di darat. Aktivitas di darat tidak terikat oleh situasi dan kondisi apapun. Berbeda dengan di air, perenang tidak dapat bernafas di dalam air secara normal dan leluasa. Terlebih lagi ketika proses pengambilan nafas yang tentunya tidak dapat dilakukan di dalam air karena hidung dan mulut akan kemasukan oleh air. Dengan demikian

memberikan pembelajaran renang didahului dengan memberikan materi pernafasan di air sangatlah penting.

Langkah-langkah penyampaian pernafasan di air dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- a) Siswa diminta untuk melakukan pernafasan secara teratur di darat terlebih dahulu dengan aba-aba atau tanda yang diberikan oleh pelatih. Aba-aba diberikan untuk memberi tanda kapan saatnya mengambil nafas dan kapan saatnya harus menghembuskan nafas secara teratur. Hal demikian dilakukan agar kebutuhan oksigen dalam tubuh untuk proses pembakaran dapat mencukupi dan pengeluaran nafas sebagai hasil sisa proses pembakaran dapat dikeluarkan.
- b) Kemudian setelah bisa dikerjakan di darat, cobalah cara ini dikerjakan di tempat/kolam yang dangkal atau kolam renang yang memungkinkan siswa dapat berdiri. Pertama-tama ambillah udara melalui mulut kemudian tutup mulut dan masukkan bagian wajah ke permukaan air, setelah beberapa saat secara perlahan buanglah nafas melalui hidung. Ulangi aktivitas ini secara berulang-ulang dan apabila memungkinkan mencapai 50-100 kali perulangan, dimana dengan jumlah tersebut diharapkan gerakan yang dilakukan terjadi dengan terbiasa dan otomatis. Bagi siswa yang masih kesulitan untuk mengambil udara melalui mulut dan membuang melalui

hidung, untuk sementara dapat dikerjakan dengan bantuan hidung. Namun cara ini bila sudah mampu menguasai irama pernafasan yang sebenarnya, hendaknya ditinggalkan, karena dengan cara ini sering berakibat siswa menghisap air melalui hidung.

- c) Latihan pernafasan ini dapat ditingkatkan dengan memperlama waktu ketika wajah berada di permukaan air, setelah jarak tertentu ditempuh kemudian dilanjutkan dengan membuang udara sisa pembakaran tubuh secara perlahan-lahan sebelum naik ke atas permukaan air. Misalnya ketika wajah berada di bawah permukaan air diharuskan menghitung hingga 10 hitungan, kemudian baru membuang udara sisa pembakaran tubuh, kemudian baru naik ke atas permukaan air untuk mengambil udara kembali.
- d) Cara yang sama dapat dilakukan dengan menggunakan papan latihan, dimana dengan sikap membungkuk dan kedua kaki tetap pada sikap berjalan/berdiri di dasar kolam. Kemudian kedua tangan memegang papan latihan di kedua ujungnya. Lakukan pernafasan dengan tetap diam di tempat atau sambil berjalan di kolam renang.

2) Meluncur

Langkah selanjutnya setelah menguasai cara bernafas di air adalah dengan melakukan latihan meluncur. Latihan ini diperlukan

khususnya untuk melatih keseimbangan tubuh ketika berada di air. Tidak sedikit siswa yang belajar berenang tidak mampu menguasai keseimbangan tubuh ketika di air, dan sewaktu tenggelam tidak mampu berdiri di kolam renang meskipun berada di kolam yang dangkal. Latihan meluncur dapat dilakukan dengan cara-cara berikut:

- a) Berdiri di tepi kolam dengan sikap membelakangi dinding kolam dan salah satu telapak kaki menempel pada dinding kolam untuk sikap tolakan. Luruskan kedua lengan di atas kepala dengan ibu jari saling berkaitan satu sama lain. Tundukkan tubuh dengan berusaha ujung jari tangan lebih dahulu tiba di atas permukaan air. Serentak dengan tibanya kedua telapak tangan di atas permukaan air, kaki yang menempel pada dinding memberikan tolakan, sehingga tubuh terdorong ke depan. Di saat meluncur, hindari mengambil sikap berdiri sebelum titik luncur menurun dan kemudian berhenti. Sebagai akibatnya kedua kaki secara otomatis turun hingga dapat berdiri. Apabila saat meluncur dengan kecepatan tinggi, kaki diturunkan dengan tiba-tiba untuk berdiri, banyak terjadi justru siswa tidak dapat berdiri secara mudah.
- b) Cara yang sama dapat dilakukan dengan meluncur dari tengah-tengah kolam yang memiliki kedalaman dangkal. Setelah gaya

luncur habis, kemudian berdiri dan lakukan berulang-ulang hingga sampai di tepi kolam yang ada di depan.

- c) Latihan meluncur ini dapat dikembangkan hingga kedua belah kaki mampu menempel ke dinding kolam dan sikap ini hanya dapat dilakukan kalau yang belajar sebelum meluncur terlebih dahulu masuk ke bawah permukaan air dalam sikap telungkup hingga kedua kaki memungkinkan untuk menolak pada dinding kolam. Latihan ini bisa dilakukan secara berulang hingga tubuh dapat rileks dan terhindar dari ketegangan yang sering berakibat tubuh memutar atau tidak memiliki keseimbangan sewaktu berada di air.

3) Mengapung

Posisi terapung sebenarnya tidak hanya dapat dilakukan dalam satu sikap saja, tetapi banyak posisi yang bisa dilakukan supaya tubuh dapat terapung di atas permukaan air. Sikap ini prinsipnya dapat dilakukan, merupakan perwujudan dari pemindahan pusat titik berat(*center of gravity*) dan pusat titik apung (*center of buoyancy*) pada saat tubuh terapung. Di air, bagian dada adalah merupakan titik apung. Pusat titik berat seseorang di saat sikap terlentang secara horisontal dengan kedua tangan berada di samping tubuh berada di sekitar pinggul. Dikarenakan setiap segmen tubuh memiliki perbedaan berat, maka

jarak dari setiap segmen dari pusat titik berat pada tubuh berperan dalam menentukan secara pasti atau letak dimana pusat titik berat.

5. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar Kelas Bawah

Masa sekolah dasar merupakan masa perkembangan, di mana baik untuk pertumbuhan anak dan perkembangan anak. Ariyanto, et al., (2020, p. 79) menyatakan bahwa masa usia sekolah dasar merupakan masa di mana peserta didik harus lebih banyak bermain ketimbang berdiam diri. Pada masa ini juga seluruh aspek perkembangan kecerdasan, yaitu kecerdasan intelektual, emosi, dan spiritual mengalami perkembangan yang luar biasa, sehingga semua informasi akan terserap lebih cepat dan akan menjadi dasar terbentuknya karakter, kepribadian, dan kemampuan kognitifnya.

Peserta didik yang berada di kelas rendah (kelas 1-3) memiliki kekhasan berbeda dengan peserta didik yang berada di kelas atas (kelas 4-6), sehingga perlu adanya perbedaan strategi yang harus disesuaikan dengan karakteristik masing-masing. Karakteristik peserta didik dibagi kedalam dua fase yaitu fase pertama karakter peserta didik kelas rendah dan yang kedua karakteristik kelas atas. Peserta didik kelas rendah pada umumnya berumur 6-9 tahun, sehingga berdasarkan klasifikasi Piaget berada pada tahap akhir praoperasional sampai operasional konkrit (Umam, 2022, p. 68).

Pendapat Yusuf (2018, pp. 24-25) bahwa masa usia Sekolah Dasar sering disebut masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Pada

masa keserasian bersekolah ini secara relatif, anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya. Masa kelas-kelas rendah sekolah dasar, kira-kira 6 atau 7 tahun sampai umur 9 atau 10 tahun. Beberapa sifat anak-anak pada masa ini antara lain.

- a. Adanya hubungan positif yang tinggi antara keadaan jasmani dengan prestasi (Apabila jasmaninya sehat banyak prestasi yang diperoleh)
- b. Sikap tunduk kepada peraturan-peraturan permainan yang tradisional
- c. Adanya kecenderungan memuji diri sendiri (menyebut nama sendiri)
- d. Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak yang lain
- e. Apabila tidak dapat menyelesaikan suatu soal, maka soal itu tidak dianggap penting.
- f. Pada masa ini (terutama usia 6,0-8,0 tahun) anak menghendaki nilai (angka rapor) yang baik, tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak.

Secara umum, karakteristik perkembangan anak kelas rendah (kelas 1, 2, dan 3) sekolah dasar pertumbuhan fisiknya telah mencapai tingkat kematangan, mereka telah mampu mengontrol tubuh dan keseimbangannya. Tahap perkembangan peserta didik antara kelas rendah (kelas 1-3) dengan kelas atas (kelas 4-6) berbeda perkembangannya dari segala aspek. Peserta didik kelas rendah sekolah dasar merupakan peserta didik yang berada pada masa operasional kongkret. Zulvira, et al., (2021, p. 2) menyatakan pada masa ini peserta didik akan menampilkan perilaku belajar, yaitu: (1) Memandang secara objektif dengan memandang suatu objek ke objek lain secara reflektif dan mampu memandang banyak unsur secara serentak. (2) Proses berpikir dilakukan secara operasional. (3) Mengelompokkan benda secara operasional. (4) Melihat keterhubungan

aturan, prinsip serta mampu memanfaatkan hubungan sebab dan akibat.

(5) Memahami konsep luas, berat, panjang, lebar dan substansi.

Sumardjana (2017, p. 24) menyatakan bahwa karakter anak SD/MI kelas rendah sebagai berikut:

- a. Kongkrit, peserta didik belajar dari hal-hal yang nyata, misalnya dapat dilihat, didengar, dibaui, diraba bahkan diotak atik. Peserta didik kelas rendah belum bisa menggambarkan atau membayangkan sesuatu berdasarkan penjelasan atau teori.
- b. Integratif, pada tahap anak SD/MI kelas rendah masih memandang sesuatu sebagai satu keutuhan, mereka belum bisa memisahkan suatu konsep ke bagian demi bagian (harus bertahap).
- c. Hierarkis yaitu cara belajar peserta didik yang berkembang secara bertahap dari hal sederhana ke hal yang lebih kompleks.
- d. Suka bermain dan lebih suka bergembira.
- d. Peserta didik biasanya bergetar perasaannya dan terdorong untuk berprestasi.
- e. Senang merasakan, melakukan atau meragakan sesuatu secara langsung.
- f. Peserta didik masih senang belajar bersama temannya atau berkelompok karena pergaulannya dengan kelompok sebaya.
- g. Peserta didik usia ini sedang mengalami masa peka atau sangat cepat untuk meniru, figur dari guru yang difavoritkannya.
- h. Bahasa yang digunakan peserta didik usia ini masih dipengaruhi oleh usia ibu karena bahasa yang digunakan adalah bahasa yang sederhana.
- i. Rasa ingin tahu yang tinggi, peserta didik SD/MI usia ini sangat kritis, mereka sering mengajukan pertanyaan di luar dugaan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik peserta didik kelas rendah yaitu : kongkrit, integratif, peserta didik suka bermain, peserta didik tergolong untuk berprestasi, peserta didik lebih suka meragakan sesuatu yang baru, peserta didik merasa senang belajar dengan teman-temannya, peserta didik lebih suka meniru gaya gurunya, bahasa peserta didik masih sederhana dan rasa ingin tahu peserta didik tinggi.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan Utami (2021) berjudul “Survei pemanfaatan kolam renang sebagai prasarana pembelajaran akuatik sekolah dasar di Daerah Istimewa Yogyakarta”. Sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan pembelajaran penjas di sekolah. Renang adalah salah satu sub pembelajaran penjas yang ada disekolah, dalam pembelajaran renang memerlukan sarana yaitu kolam yang digunakan dalam pelaksanaan pembelajaran. Kolam renang merupakan salah satu sarana prasarana yang harus ada untuk menerapkan pembelajaran akuatik. Tujuan penelitian ini untuk mengungkap pemanfaatan kolam renang sebagai prasarana pembelajaran akuatik SD di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus dengan metode survei. Angket digunakan sebagai instrumen pengambilan data. Teknik pengambilan sampel penelitian dengan stratified proportional random sampling. Populasi SD yang berada di Daerah Istimewa Yogyakarta sebanyak 1428 kolam. Setiap kota dan kabupaten diambil 5% sehingga didapat jumlah sampel 72 sekolah. Pemanfaatan kolam renang sebagai prasarana pembelajaran akuatik SD di Daerah Istimewa Yogyakarta termasuk dalam kategori cukup. Kolaborasi antara pihak sekolah dengan

pengelola kolam renang perlu ditingkatkan untuk mendukung pelaksanaan pembelajaran akuatik.

2. Penelitian yang dilakukan Ranti, et al., (2020) berjudul “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 2 Batang. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 2 Batang Kapas. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2020. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 36 orang siswa. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner penelitian berskala Guttman. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif persentatif. Hasil penelitian: 1) Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA N 2 Batang Kapas dilihat dari sudut perencanaan pembelajaran pada kategori sangat baik dengan persentase 87,37%. 2) Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA N 2 Batang Kapas dilihat dari sudut proses pelaksanaan pembelajaran pada kategori sangat baik dengan persentase 86,26%. 3) Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA N 2 Batang Kapas dilihat dari sudut evaluasi yang digunakan pada kategori sangat baik dengan persentase 82,50%. Hasil angket respon siswa juga menunjukkan bahwa mereka setuju/senang dengan pembelajaran yang diberikan oleh guru PJOK.

3. Penelitian yang dilakukan Monica & Hermawan (2019) berjudul “Faktor Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Renang di SD Negeri se-Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri se-kecamatan Sedayu Bantul. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul. Ukuran sampel penelitian ini sebanyak 20 orang yang ditentukan dengan menggunakan anggota populasi sebagai sampel/ *sampling* jenuh. Hasil dihitung dengan menggunakan analisis statistik deskriptif dan dipersentasekan. Hasil penelitian tersebut diketahui faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri se-kecamatan Sedayu Bantul pada kategori sangat tinggi sebesar 0%, kategori tinggi sebesar 40%, kategori cukup sebesar 30%, kategori kurang sebesar 25%, kategori sangat kurang sebesar 5%.
4. Penelitian yang dilakukan Handaka, et al., (2020) berjudul “Fenomena siswa pasif kelas X dalam pembelajaran renang di SMA Negeri 1 Majenang Jawa Tengah”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui latar belakang alasan siswa kelas X bersikap pasif dalam pembelajaran renang di SMA N 1 Majenang. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan desain fenomenologi. Penentuan subjek

dengan teknik *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini yaitu 20 siswa pasif kelas X, 6 siswa aktif kelas X, dan 1 Guru PJOK. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data dengan cara reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor internal yang mempengaruhi siswa kelas X bersikap pasif dalam pembelajaran renang, yaitu: kemampuan gerak renang kurang baik; Pengalaman buruk; motivasi rendah; kesehatan kurang baik. Berdasarkan faktor internal, terdapat 3 tipe siswa pasif, yaitu: pasif yang sopan; pasif terselubung; pasif disengaja. Faktor eksternal yang mempengaruhi siswa kelas X bersikap pasif dalam pembelajaran renang, yaitu: komunikasi kurang baik; pengaruh teman dan orang tua; tugas lebih dipilih; fasilitas kolam renang kurang mendukung; kurang penggunaan alat bantu. Berdasarkan faktor eksternal, terdapat 1 tipe siswa pasif yaitu pasif yang disengaja.

5. Penelitian yang dilakukan Dewanti, et al., (2021) berjudul “Hambatan Pelaksanaan Pembelajaran Renang di Sekolah Dasar se-Kecamatan Mergangsan Yogyakarta Tahun Pelajaran 2019/2020”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor hambatan yang dihadapi guru penjasorkes dalam pelaksanaan pembelajaran renang di Sekolah Dasar se-Kecamatan Mergangsan Yogyakarta Tahun Pelajaran 2019/2020. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Populasi

penelitian ini adalah Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Sekolah Dasar se-Kecamatan Mergangsan Yogyakarta sebanyak 12 orang. Ukuran sampel penelitian ini sebanyak 12 orang ditentukan dengan mengambil seluruh subyek responden/*total Sampling*. Penelitian ini dari 40 butir soal yang valid dengan alternatif jawaban Sangat Setuju (ST), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Berdasarkan perhitungan uji reliabilitas diperoleh hasil 0,996. Hasil dihitung dengan menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase. Hasil penelitian mengenai hambatan pelaksanaan pembelajaran renang di Sekolah Dasar se-Kecamatan Mergangsan Yogyakarta Tahun 2019/2020 pada kategori Sangat Rendah sebesar 0,00%, kategori rendah 16,67%, kategori cukup sebesar 41,67%, kategori tinggi sebesar 33,33%, kategori Sangat tinggi sebesar 0,00%.

C. Kerangka Pikir

PJOK di sekolah dasar (SD) merupakan bagian integral dari kurikulum yang bertujuan untuk mengembangkan kesehatan fisik, keterampilan motorik, serta pemahaman tentang gaya hidup sehat. Dalam konteks ini, olahraga seperti renang memiliki peran penting, tidak hanya untuk kesehatan fisik tetapi juga sebagai keterampilan hidup dasar yang esensial. Salah satu aktivitas mata pelajaran PJOK di sekolah dasar adalah pembelajaran renang.

Renang adalah salah satu olahraga yang memiliki manfaat holistik, mencakup peningkatan kapasitas kardiovaskular, kekuatan otot, serta koordinasi dan keseimbangan. Selain itu, kemampuan berenang merupakan

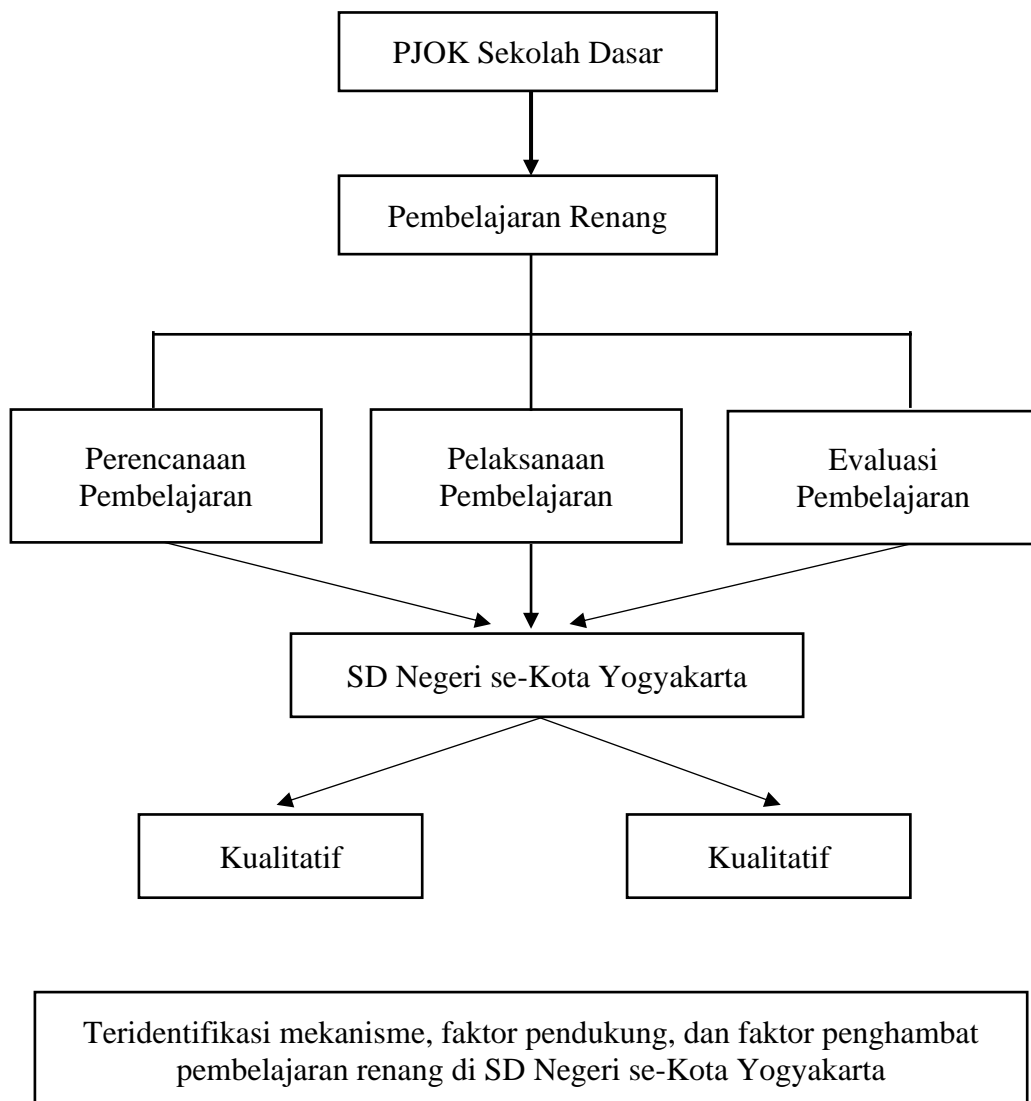
keterampilan dasar yang penting untuk keselamatan, terutama mengingat kondisi geografis Indonesia yang banyak memiliki perairan. Kota Yogyakarta, sebagai salah satu kota pendidikan di Indonesia, memiliki berbagai sekolah dasar negeri yang berkomitmen pada pengembangan pendidikan jasmani, termasuk pembelajaran renang. Namun, pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah-sekolah ini menghadapi tantangan yang beragam, termasuk keterbatasan fasilitas dan sumber daya.

Pemerintah Indonesia, melalui kebijakan pendidikan, mendorong inklusi olahraga air dalam kurikulum pendidikan jasmani. Namun, implementasi pembelajaran renang di sekolah dasar sering kali bergantung pada kebijakan lokal dan ketersediaan fasilitas seperti kolam renang. Salah satu tantangan utama dalam pelaksanaan pembelajaran renang adalah keterbatasan fasilitas. Banyak sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta yang tidak memiliki kolam renang sendiri, sehingga harus bergantung pada kolam renang umum atau fasilitas sewaan. Hal ini dapat mempengaruhi frekuensi dan kualitas pembelajaran renang.

Kualifikasi dan kompetensi guru atau instruktur renang menjadi faktor penentu dalam keberhasilan program pembelajaran renang. Guru harus memiliki keterampilan khusus dalam mengajar renang, termasuk pengetahuan tentang teknik dasar renang, keselamatan di air, dan manajemen risiko. Meski menghadapi berbagai tantangan, manfaat pembelajaran renang sangat signifikan bagi siswa sekolah dasar. Selain manfaat fisik dan keselamatan, renang juga dapat meningkatkan rasa percaya diri, disiplin, dan kemampuan

sosial siswa. Penelitian ini diharapkan dapat mengevaluasi pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta, dengan fokus pada identifikasi tantangan dan hambatan yang dihadapi, serta faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan program ini. Dengan penelitian ini juga diharapkan meningkatkan kualitas dan efektivitas pembelajaran renang di sekolah dasar.

Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir



D. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana mekanisme pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah dasar negeri yang melaksanakan pembelajaran renang se Kota Yogyakarta?
2. Bagaimana proses pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah dasar negeri yang melaksanakan pembelajaran renang se Kota Yogyakarta?
3. Materi renang seperti apa yang diberikan di sekolah dasar negeri yang melaksanakan pembelajaran renang se Kota Yogyakarta?
4. Apa saja faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode penelitian campuran (*mixed methods*). Rancangan penelitian metode campuran (*mixed methods research design*) adalah salah satu prosedur untuk mengumpulkan, menganalisis, dan mencampur metode kuantitatif dan kualitatif dalam suatu penelitian atau serangkaian penelitian untuk memahami permasalahan penelitian (Creswell & Poth, 2019, p. 59). Sugiyono (2019, p. 404) menyatakan bahwa metode penelitian kombinasi (*mixed methods*) adalah suatu metode penelitian yang mengkombinasi atau menggabungkan antara metode kuantitatif dengan metode kualitatif untuk digunakan secara bersama-sama dalam suatu kegiatan penelitian, sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, reliabel, objektif, dan valid. Metode campuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode campuran konkuren/sewaktu-waktu (*concurrent mixed methods*), yang merupakan penelitian yang menggabungkan antara data kuantitatif dan data kualitatif dalam satu waktu.

B. Setting Penelitian

Setting penelitian atau lokasi penelitian merupakan hal yang mendasar sebagai pertimbangan sebelum melakukan penelitian. Penentuan lokasi atau *setting* ini sangat penting karena bagaimanapun menariknya kasus yang akan diteliti tetapi susah untuk mengkaji lebih detail akan sia-sia, tidak lupa juga untuk mempertimbangkan apakah lokasi atau *setting* penelitian tersebut dapat

memberi keuntungan untuk dikaji baik dari pihak peneliti ataupun lokasi tersebut. Lokasi penelitian yaitu SD Negeri di Kota Yogyakarta yang berjumlah 88 sekolah. Waktu penelitian yaitu pada bulan Juni 2024-Juli 2024.

C. Sumber Data Penelitian

1. Subjek Penelitian

Arikunto (2019, p. 126) menyatakan subjek penelitian adalah memberi batasan subjek penelitian sebagai benda, hal atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat, dan yang dipermasalahkan. Dalam sebuah penelitian, subjek penelitian mempunyai peran yang sangat strategis karena pada subjek penelitian, itulah data tentang variabel yang peneliti amati. Pada penelitian kualitatif subjek penelitian disebut dengan istilah informan, yaitu orang yang memberikan informasi tentang data yang diinginkan peneliti berkaitan dengan penelitian yang sedang dilaksanakan. Subjek penelitian ini adalah pengelola kolam renang dan guru PJOK SD Negeri di Kota Yogyakarta yang diambil berdasarkan *random sampling*.

2. Objek Penelitian

Menurut Sugiyono (2019, p. 55), objek penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Dapat diketahui, bahwa objek penelitian ini adalah pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta. Dimana peneliti ingin mengetahui secara mendalam

mengenai prosedur pelaksanaan pembelajaran renang, serta faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta.

D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menunjuk pada suatu cara, yang wujudnya diperlihatkan penggunaannya dalam mengumpulkan data menggunakan instrumen. Arikunto (2019, p. 175), menjelaskan bahwa metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan. Langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini sebagai berikut: (1) Peneliti melakukan observasi di SD Negeri di Kota Yogyakarta terkait pelaksanaan pembelajaran renang. (2) Peneliti mencari dokumentasi proses pembelajaran, dokumen pembelajaran, dan sarana prasarana dalam pembelajaran renang. (3) Peneliti meminta surat izin penelitian. (4) Peneliti memberikan instrumen penelitian berupa angket kepada subjek yang menjadi sampel penelitian melalui *google formulir*. (4) Peneliti melakukan wawancara kepada subjek yang menjadi sampel. (5) Peneliti mencatat dan merangkum hasil data yang diperoleh.

2. Instrumen Penelitian

Hardani, dkk., (2020, p. 284) mengungkapkan instrumen penelitian adalah “alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan informasi kuantitatif tentang variasi karakteristik variabel secara objektif, sehingga diperlukan

teknik pengembangan skala atau alat ukur untuk mengukur variabel dalam pengumpulan data yang lebih sistematis”. Instrumen lebih menekankan makna dan pengertiannya sebagai alat untuk mengumpulkan dan memperoleh data yang diperlukan (Budiwanto, 2017, p. 183). Instrumen-instrumen yang akan digunakan yaitu.

a. Observasi

Sugiyono (2019, p. 229) menyatakan observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain. Observasi juga tidak terbatas pada orang, tetapi juga objek-objek alam yang lain. Melalui kegiatan observasi peneliti dapat belajar tentang perilaku dan makna dari perilaku tersebut. Peneliti berada di tempat itu, untuk mendapatkan bukti-bukti yang valid dalam laporan yang akan diajukan. Observasi adalah metode pengumpulan data dimana peneliti mencatat informasi sebagaimana yang disaksikan selama penelitian (Arikunto, 2019, p. 123). Observasi dilakukan oleh peneliti dengan cara pengamatan dan pencatatan mengenai pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta.

b. Wawancara

Sugiyono (2019, p. 231), mendefinisikan wawancara sebagai berikut “wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Sugiyono (2019, p. 281)

menyatakan wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam. Teknik pengumpulan data ini mendasarkan diri pada laporan tentang diri sendiri atau *self-report*, atau setidaknya pada pengetahuan dan keyakinan pribadi. Teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara semiterstruktur agar subjek penelitian lebih terbuka dalam memberikan data. Dalam penelitian ini wawancara dilakukan kepada semua responden penelitian. Wawancara dilakukan kepada pengelola kolam renang yang digunakan sekolah melakukan pembelajaran renang dan guru PJOK. Kisi-kisi pedoman wawancara disajikan pada Tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-Kisi Pedoman Wawancara

Aspek	Pertanyaan
Pelaksanaan pembelajaran renang	Bagaimana mekanisme pembelajaran renang bisa dilaksanakan di sekolah Anda? Bagaimana prosedur pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah Anda? Bagaimana kesiapan sarana dan prasarana sekolah terkait pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah Anda?
Kendala	Apa kendala yang dihadapi selama mengajarkan pembelajaran renang di kolam renang?
Solusi	Bagaimana cara mengatasi kendala yang Anda alami selama proses pembelajaran renang?

c. Dokumentasi

Sugiyono (2019, p. 476) menyatakan dokumentasi adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung penelitian. Dokumentasi digunakan untuk memperkuat data yang diperoleh dengan wawancara dan observasi langsung maupun teknik pengumpulan data yang lain. Hal ini untuk melengkapi kekurangan data-data hasil pengamatan, wawancara dan angket. Dokumentasi yang dimaksud berkaitan dengan profil sekolah, daftar nilai peserta didik, daftar hadir peserta didik, perencanaan mengajar/RPP yang dibuat guru, bentuk dan jenis evaluasi pembelajaran, serta hasil penilaian (daftar nilai).

d. Kuisioner

Instrumen yang digunakan berupa angket/kuesioner. Kuisioner sebagai alat pengumpulan data digunakan karena dapat mengungkap fakta pengalaman responden dan angket bersifat kooperatif, responden menyisihkan waktu untuk menjawab pernyataan secara tertulis sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh peneliti (Arikunto, 2019, p. 164). Arikunto (2019, p. 168), menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala

bertingkat.

Angket dibuat sendiri oleh peneliti dengan butir-butir pertanyaan disesuaikan dengan kisi-kisi instrumen yang telah dibuat sebelumnya berdasarkan dengan kajian pustaka dan kemudian divalidasi oleh ahli yang dianggap mengerti dengan jenis penelitian ini. Angket yang digunakan berupa *rating scale* dengan rentang skala 1-4, seperti pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Pilihan	Skor	
	Positif	Negatif
Selalu (SL)	4	1
Sering (SR)	3	2
Kadang-Kadang (J)	2	3
Tidak Pernah (SJ)	1	4

Kisi-kisi instrumen pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta disajikan pada Tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Butir	
		+	-
Pelaksanaan Pembelajaran Renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta	Perencanaan Pembelajaran	2, 3, 4, 5, 7, 8	1, 6
	Pelaksanaan Pembelajaran	9,10, 12, 15, 16, 18	11, 13, 14, 17, 19, 20
	Evaluasi Pembelajaran	22, 24, 25, 27, 28, 30, 32	21, 23, 26, 29, 31
Jumlah		32	

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Suatu instrumen tes dikatakan memiliki validitas jika instrumen tersebut dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas atau kesahihan instrumen atau alat ukur berhubungan dengan ketepatan mengukur sesuatu yang seharusnya diukur. Selain itu, validitas menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen atau alat ukur. Suatu alat ukur yang valid atau sahih berarti alat ukur tersebut akurat untuk mengukur sesuatu yang seharusnya diukur (Budiwanto, 2017, p. 186). Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* ($df = n-1$) pada taraf signifikansi 0,05 (Ananda & Fadli, 2018, p. 122). Jika $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid.

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2019, p. 86). Kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2019, p. 47).

F. Analisis Data

1. Analisis Kuantitatif

Analisis kuantitatif berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi

sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku umum (Sugiyono, 2019, p. 29). Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan dengan penghitungan kategori. Data yang didapat kemudian diolah dengan bantuan komputer program SPSS versi 20. Perhitungan analisis data dengan mencari besarnya frekuensi relatif persentase.

2. Analisis Kualitatif

Sesuai dengan tujuan penelitian, maka teknik analisis data yang dipakai untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif model interaktif sebagaimana diajukan oleh Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2017, p. 78) yaitu sebagai berikut:

a. Data *Collection* (Pengumpulan Data)

Data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi dicatat dalam catatan lapangan yang terdiri dari dua aspek, yaitu deskripsi dan refleksi. Catatan deskripsi merupakan data alami yang berisi tentang apa yang dilihat, didengar, dirasakan, disaksikan dan dialami sendiri oleh peneliti tanpa adanya pendapat dan penafsiran dari peneliti tentang fenomena yang dijumpai. Catatan refleksi yaitu catatan yang memuat kesan, komentar dan tafsiran peneliti tentang temuan yang dijumpai dan merupakan bahan rencana pengumpulan data untuk tahap berikutnya. Untuk mendapatkan catatan ini, maka peneliti melakukan wawancara bebrapa informan.

b. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Reduksi data merupakan proses seleksi, pemfokusan, penyederhanaan dan abstraksi. Cara mereduksi data adalah dengan melakukan seleksi, membuat ringkasan atau uraian singkat, menggolong-golongkan ke dalam pola-pola dengan membuat transkrip penelitian untuk mempertegas, memperpendek membuat fokus, membuang bagian yang tidak penting dan mengatur agar dapat ditarik kesimpulan.

c. *Data Display* (Penyajian Data)

Penyajian data yaitu sekumpulan informasi tersusun, sehingga memberikan kemungkinan penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Agar sajian data tidak menyimpang dari pokok permasalahan maka sajian data dapat diwujudkan dalam bentuk matriks, grafis, jaringan atau bagan sebagai wadah panduan informasi tentang apa yang terjadi. Data disajikan sesuai dengan apa yang diteliti.

d. *Conclusions/Verifying* (Penarikan Kesimpulan)

Penarikan kesimpulan adalah usaha untuk mencari atau memahami makna, keteraturan pola-pola penjelasan, alur sebab akibat atau proposisi. Kesimpulan yang ditarik segera diverifikasi dengan cara melihat dan mempertanyakan kembali sambil melihat catatan lapangan agar memperoleh pemahaman yang lebih tepat, selain itu juga dapat dilakukan dengan mendiskusikan. Hal tersebut dilakukan agar data yang diperoleh dan penafsiran terhadap data tersebut memiliki validitas, sehingga kesimpulan yang ditarik menjadi kokoh.

Menetapkan suatu keabsahan data peneliti perlu menyampaikan langkah-langkah yang diambil untuk memeriksa reliabilitas serta validitas dari hasil penelitiannya. Creswell & Poth (2016, p. 53) menyatakan reliabilitas kualitatif merupakan pendekatan yang digunakan peneliti secara konsisten jika diterapkan oleh peneliti lain untuk proyek yang berbeda. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan prosedur reliabilitas Gibbs (Creswell & Poth, 2019, p. 59), antara lain:

- a. Mengecek hasil transkrip untuk memastikan tidak adanya kesalahan yang dibuat selama proses transkripsi.
- b. Memastikan tidak adanya definisi dan makna yang mengambang.
- c. Untuk penelitian yang berbentuk tim dalam pertemuan-pertemuan rutin atau *sharing* analisis.
- d. Melakukan *chross-check* dan membandingkan hasil yang dikembangkan oleh peneliti lain dengan hasil yang telah peneliti buat sendiri.

Selain reliabilitas, validitas juga merupakan kekuatan lain dalam penelitian kualitatif. Validitas kualitatif merupakan upaya pemeriksaan terhadap akurasi hasil penelitian dengan menerapkan prosedur tertentu. Berikut ini ada beberapa macam strategi validitas yang disusun berdasarkan yang paling sering atau mudah digunakan hingga yang jarang atau sulit untuk diterapkan (Creswell & Poth, 2016, p. 59), antara lain:

- a. Melakukan triangulasi dari sumber data yang berbeda dengan memeriksa bukti-bukti yang berasal dari sumber-sumber tersebut dan

menggunakannya untuk memberikan suatu pembuktian terhadap tema-tema secara koheren. Tema-tema yang dibangun berdasarkan sejumlah sumber data dari subyek akan menambah validitas penelitian.

- b. Menerapkan *member checking* untuk mengetahui keakuratan hasil penelitian. *Member checking* dapat dilakukan dengan membawa kembali laporan akhir atau deskripsi-deskripsi atau tema-tema yang spesifik ke subyek untuk mengecek apakah subyek merasa bahwa laporan atau deskripsi atau tema tersebut sudah akurat.
- c. Membuat deskripsi yang kaya dan padat (*rich and thick description*) tentang hasil penelitian. Deskripsi ini setidaknya mengenai gambaran setting penelitian dan membahas salah satu elemen dari pengalaman-pengalaman subyek.
- d. Mengajak *external auditor* untuk *mereview* keseluruhan penelitian. Kehadiran *external auditor* diharapkan dapat memberikan penilaian yang obyektif, mulai dari proses penelitian hingga kesimpulan penelitian.

Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi. Sugiyono (2019, p. 97) menyatakan bahwa triangulasi dalam pengujian kredibilitas adalah sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu. Dalam penelitian ini teknik triangulasi data yang digunakan adalah triangulasi teknik dan sumber. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan antara teknik pengambilan data observasi, wawancara, dan dokumentasi.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Hasil Analisis Kualitatif

Dalam penelitian kualitatif analisis data merupakan tahap yang bermanfaat untuk menelaah data yang telah diperoleh dari beberapa informan yang telah dipilih selama penelitian berlangsung. Selain itu juga berguna untuk menjelaskan dan memastikan kebenaran temuan penelitian. Analisis data ini telah dilakukan sejak awal dan bersamaan dengan proses pengumpulan data di lapangan. Adapun dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti mendapatkan beberapa temuan yang dapat menggambarkan pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta.

a. Pelaksanaan Pembelajaran Renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta

Pembelajaran adalah suatu sistem atau proses membelajarkan subjek didik/pembelajar yang direncanakan atau didesain, dilaksanakan, dan dievaluasi secara sistematis agar subjek didik/pembelajar dapat mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah terdiri atas beberapa mata pelajaran, salah satunya pembelajaran yang ada di sekolah adalah mata pelajaran PJOK. Pembelajaran PJOK memiliki karakteristik yang berbeda jika dibandingkan dengan pembelajaran

mata pelajaran yang lain. Hal ini dikarenakan, pembelajaran PJOK mengkombinasikan antara pembelajaran praktik dan teori.

PJOK bukan hanya merupakan bagian penting bagi kehidupan manusia saja. PJOK juga merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, melalui PJOK yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya. Selain itu keunikan lainnya dari PJOK adalah dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan peserta didik, meningkatkan terkuasainya keterampilan fisik yang kaya, dan meningkatkan pengertian peserta didik dalam prinsip-prinsip gerak serta bagaimana menerapkannya dalam praktik.

Pembelajaran dalam konteks dunia pendidikan, seperti halnya guru membimbing dan mengajar peserta didiknya agar dapat mengeksplor dan menguasai berbagai ilmu pengetahuan yang tidak hanya sebatas dalam buku pelajaran, sehingga peserta didik dapat mencapai suatu hal yang objektif (segi kognitif), perubahan sikap (segi afektif), dan keterampilan (segi motorik) dari setiap peserta didik. Peran dan interaksi antar kedua belah pihak sangat krusial untuk menunjang proses pembelajaran yang terjadi, karena tanpa adanya hal tersebut proses pembelajaran tidak akan berjalan dengan baik.

Salah satu aktivitas mata pelajaran PJOK di sekolah dasar adalah olahraga renang. Renang adalah salah satu aktivitas fisik yang menggunakan air sebagai alat atau medianya. Renang merupakan olahraga yang gerakannya membutuhkan kekuatan dari otot tangan dan kaki, ketahanan pernafasan yang kuat, dan kecepatan. Pembelajaran renang sangat penting untuk diberikan kepada siswa guna mendukung proses tumbuh dan berkembangnya. Olahraga renang memang memiliki daya tarik universal di kalangan berbagai kelompok usia, mencakup anak-anak, remaja, dan dewasa, seperti yang ditegaskan oleh (Winarno et al., 2023).

Daya tarik ini bukan hanya berasal dari aspek kesenangan dan tantangan pribadi yang diberikan oleh olahraga ini, tetapi juga dari manfaat kesehatan yang dapat diperoleh. Renang dianggap sebagai aktivitas fisik yang sangat efektif untuk meningkatkan kebugaran tubuh secara keseluruhan, memperkuat otot-otot tubuh, dan meningkatkan keseimbangan tubuh. Selain itu, aktivitas ini juga memberikan stimulasi positif terhadap kesehatan jantung dan paru-paru, menjadikannya olahraga yang komprehensif untuk mendukung kesejahteraan fisik individu.

Olahraga renang merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari setiap kalangan usia, mulai dari anak-anak, remaja, hingga dewasa. Olahraga ini juga merupakan salah satu aktivitas fisik yang dapat meningkatkan kebugaran tubuh dan keseimbangan tubuh setiap

individu, serta dapat menyehatkan jantung dan paru-paru. Selain itu, anak-anak juga mendapat kesempatan untuk bisa mengenal lingkungan mereka dan juga mendapat kesempatan untuk bergerak bebas, sehingga mereka akan mendapatkan stimulus yang bagus baik itu aspek fisik ataupun aspek mental dari olahraga renang tersebut. Namun, perlu diingat bahwa berenang juga memiliki beberapa risiko, terutama bagi yang tidak ahli atau tidak terbiasa dengan teknik berenang. Oleh karena itu, keselamatan selalu menjadi prioritas utama dalam latihan renang dan harus dilakukan di bawah pengawasan yang kompeten, terutama bagi yang masih dalam tahap belajar (Suparman, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian, pembelajaran renang sudah dilaksanakan di SD Negeri di Kota Yogyakarta, salah satunya di SD Negeri Lempuyangwangi. Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara dengan guru PJOK SD Negeri Lempuyangwangi, yang menyatakan bahwa:

Yak terima kasih mas, untuk pembelajaran renang atau akuatik di SD Lempuyangwangi sudah kami berikan mulai dari kelas satu sampai enam. Namun pada kelas bawah kelas satu, dua, tiga, itu kami berikan materi secara teoritis. Untuk kelas empat, lima, enam itu kami berikan praktik. Mengapa itu terjadi, karena guru kelas bawah terkait materi renang yang akan disampaikan gurunya tidak menguasai pada saat praktiknya. Maka dari itu, saya sebagai guru kelas empat, lima, dan enam saya akan memberikan materi tersebut, agar nantinya mereka masuk SMP tidak terjadi ketinggalan materi yang sekolah lain berikan (SDL/26/Juli/2024).

Pernyataan di atas, dikonfirmasi langsung dengan pengurus kolam renang di Kolam Renang Umbangtirta, Kota Yogyakarta, yang menyatakan bahwa:

Kalau untuk negeri itu ada SD Ungaran itu yang konsisten, terus ada SD Lempuyangwangi sama ada SD Serayu tapi itu tidak sering sih mas. Kebanyakan disini malah bukan negeri kayak swasta dan Muhammadiyah gitu mas. Tapi ada beberapa SD Negeri juga yang kesini tapi hanya satu tahun Pelajaran sekali biasan di akhir semester gitu hanya untuk main atau refreshing anak-anaknya. Kalau SD Ungaran dan SD Lempuyangwangi itu sering mas, malah dari yang kelas satu sampai kelas 6 yang jelas itu SD Ungaran konsisten kesini mas (KRU/29/Juli/2024).

Berdasarkan hasil wawancara di atas, menyatakan bahwa pembelajaran renang sudah dilaksanakan di SD Negeri di Kota Yogyakarta, namun tidak semua SD Negeri di Kota Yogyakarta melaksanakan pembelajaran renang. Pembelajaran renang dilaksanakan secara teori di kelas bawah, yaitu kelas I-III, sedangkan di kelas atas sudah dilaksanakan secara praktik.

Teori pembekajaran renang untuk kelas bawah dijelaskan oleh salah satu informan bahwa:

Iya mas, karena saya memegang kelas atas. Untuk kelas bawah sendiri biasanya materinya berupa teori berenang. Biasanya kita tampilkan tentang pengenalan air, alat-alat yang digunakan melalui tayangan video bisa juga berupa gambar-gambar. Sama itu mas, biasanya kita tayangkan video anak luar negri yang dicemplungin dan tidak takut bahkan berani. Nah tayangan seperti itu kita gunakan untuk memotivasi siswa agar mau berenang (SDL/26/Juli/2024).

Selanjutnya dinyatakan bahwa renang dilaksanakan di pagi hari sebagai pembelajaran intrakurikuler dan sore hari untuk kegiatan ekstrakurikuler. Pembelajaran renang juga merupakan salah satu mata

pelajaran wajib di sekolah. Seperti yang dinyatakan oleh guru PJOK bahwa:

Jadi disini ada dua mas, pagi dan sore. Kalau pagi itu pas jam Pelajaran tapi kalau sore itu ekstrakurikuler. Ya mas, kalau renang pagi sudah dilaksanakan mas. Malah dari sebelum saya mengajar disini tapi ya belum konsisten tapi sudah dilaksanakan. Kemudian tahun 2013 saya disini, istilahnya saya ngopeni itu. Saya perjuangkan dan hasilnya sekarang ini, materi renang itu wajib bagi seluruh siswa disini mas (SDU/29/Juli/2024).

Materi pembelajaran renang yang diajarkan di sekolah dasar di antaranya dinyatakan oleh informan guru PJOK yaitu:

Jadi untuk materinya sendiri di kelas bawah itu atau kelas 1 dan 2 itu biasanya kita berikan pengenalan air dan meluncur mas. Jadi kita tidak punya target anak-anak bisa ini itu yang terpenting anak itu bisa memasukan kepala ke air, menggerakkan anggota tubuhnya di air, jalan ke timur-barat dan harapannya di kelas 2 itu semua bisa meluncur mas. Kemudian di kelas 3 sampai enam itu kita berikan secara bertahap untuk gayannya biasanya mulai dari gaya bebas dulu nanti kalau sudah bisa ditambah dengan gaya dada, intinya bisa dua gaya dulu. Tapi anak-anak itu kan kemampuannya berbeda ada yang kelas 3 sudah bisa 2 atau 3 gaya jadi nanti kita menyesuaikan asal anak tidak tenggelam saja. Jadi dalam satu pembelajaran kita kelompokkan berdasarkan kemampuannya, ada 5 pelatih nih mas 4 pelatih dari luar dan 1 guru olahraga. Nah itu nanti tiap pelatih ada kelompoknya masing-masing berdasarkan kemampuannya. Jadi seperti klub begitu lah mas. Harapan utamanya setelah lulus dari SD Ungaran anak itu bisa berenang saja. Tapi mayoritas di kelas 4 itu mereka sudah bisa 3 gaya, bebas, katak, punggung. Untuk kupu-kupu bonus aja bagi yang sudah bisa 4 gaya renang (SDU/29/Juli/2024).

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Pembelajaran adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar peserta didik, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar peserta didik

yang bersifat internal. Begitu juga dengan pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta, terdapat mekanisme dalam pelaksanaannya. Seperti yang dijelaskan oleh informan guru PJOK bahwa:

Kalau SD Ungaran mungkin satu-satunya SD Negeri yang melaksanakan pembelajaran renang pagi atau akuatik pagi. Itu masing-masing kelas satu bulan sekali, jadi disini ada 24 kelas sekali berangkat itu ada 2 kelas, jadi total pertemuannya ada 12 kali pertemuan dalam satu bulan, jadi ya satu anak mendapatkan renang sekali dalam satu bulan. Untuk jamnya sendiri itu mengikuti jam olahraga dari jam 7 sampai jam 9 pagi. Seumpama ada kelas yang jam olahraganya mulai jam 9 otomatis akan dimajukan jadi jam 7 khusus untuk materi renang, jadi lebih diutamakan pagi untuk materi renang. Kemudian saat pembelajaran kami di bantu oleh empat pelatih dari luar (SDU/29/Juli/2024).

Pernyataan di atas selaras dengan informan lain, bahwa pembelajaran renang di sekolah terdapat mekanisme yang dilaksanakan, seperti jumlah pertemuan setiap semester. Pernyataan salah satu informan guru PJOK menyatakan bahwa:

Mohon maaf mas, begini. Jadi dalam CP/ATP itu pembelajaran renang atau akuatik berada di semester dua, tapi dalam semester dua tema renang itu hanya mencakup satu bulan. Lah ndak mungkin apabila anak-anak saya berikan materi renang setiap minggu. Karena itu maka saya bagi setiap bulan mulai dari semester satu sampai semester dua. Nanti yang kelas bawah kami berikan teori-teori dahulu, baru kemudian di kelas lima dan enam saya akan memberikan praktik setiap bulan sekali. Maka dari itu, dari 12 bulan yang ada kami bisa melaksanakan pembelajaran renang minimal 8 kali. Hal itu terjadi karena 12 bulan yang 2 bulan itu pas puasa dan libur idul fitri tidak memungkinkan untuk renang, yang satu bulan untuk ujian anak-anak begitu mas. Jadi saya menggunakan 8 kali pertemuan, inshaallah anak-anak itu bisa memiliki kemampuan renang dasar (SDT/30/Juli/2024).

Proses pelaksanaan pembelajaran renang dari awal hingga akhir dijelaskan oleh informan guru PJOK yaitu:

Baik mas, biasanya siswa itu nanti kumpul di sekolah dahulu jam 7 kemudian kita bariskan dan kita hitung jumlah anak yang datang. Setelah siap semuanya kita mulai berjalan ke kolam sekaligus kita mengajak satu satpam untuk membantu penyebrangan anak-anak. Setelah sampai kolam anak-anak kita siapkan kemudian berganti pakaian renang. Setelah itu anak-anak melakukan pemanasan, biasanya kami menunjuk 2 atau 3 anak untuk memimpin di dampingi guru dan pelatih. Setelah pemanasan anak-anak dibagi ke kelompoknya masing-masing sesuai dengan kemampuannya, pembelajaran inti satu jam dari jam 07.30 – 08.30 WIB. Pembelajaran inti selesai anak-anak kita persilakan mandi dan jajan kurang lebih 20 menit. Setelah itu kita kembali ke sekolah dengan jalan kaki dan dibantu satpam lagi. Kelas 1 itu biasanya ada beberapa orang tua yang mendampingi hanya satu sampai lima anak saja mungkin yang seperti itu, yak arena mereka ada yang belum bisa mandi sendiri atau pakai baju sendiri. Tetapi kalau sudah 3 atau 4 kali pertemuan biasanya mereka sudah lepas dari orang tuanya, terkadang mereka malu kalau malah di tunggu orang tuanya. Ini juga kita ajarkan karakter mandiri dan disiplinnya mereka, agar tertanam sejak dini (SDU/29/Juli/2024).

Sedikit berbeda dengan hasil pernyataan di atas, bahwa dalam pelaksanaan pembelajaran renang dari peserta didik sampai ke kolam renang dijelaskan oleh informan bahwa:

Tidak mas tidak, jadi setelah orang tua mengantarkan ke kolam kemudian saya juga sudah berada di kolam, karena pembelajaran itu mulai jam pertama jadi saya absen dulu ke sekolah lalu saya meminta tolong pak satpam untuk mengantarkan saya ke kolam. Begitu saya sudah sampai di kolam saya memperbolehkan anak-anak masuk. Untuk pembayarannya saya meminta tolong kepada ketua kelas untuk mengumpulkan uang tiket masuk dari teman-temannya Dimana tiket itu sejumlah Rp12.000 per anaknya yang kemudian uang itu akan diserahkan kepada saya di akhir pembelajaran, kenapa seperti itu? Karena saya juga ingin melatih rasa tanggung jawab dan mandiri dari anak-anak saya. Setelah anak-anak masuk ke kolam, saya sudah memerintahkan apabila saya belum memperbolehkan masuk ke kolam, tidak boleh ada yang mendekat ke kolam bahkan

menyentuh air! Anak-anak sudah siap nih ya mas, sudah di bariskan kemudian saya membuka pembelajaran, memberikan materi apa yang akan kita pelajari hari ini, dilanjutkan dengan pemanasan. Pemanasan saya bagi menjadi dua diatas dan di tepi kolam. Untuk diatas seperti biasa peregangan anggota gerak tubuh dari atas sampai bawah. Nah setelah selesai kemudian anak-anak saya suruh duduk di tepi kolam untuk melakukan pemanasan seperti menggerak-gerakan kaki, kaki gaya bebas atau nanti lainnya. Kaki anak-anak saya suruh lurus kemudian di gerak-gerakan (SDL/26/Juli/2024).

Berdasarkan beberapa temuan dari hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran renang sudah dilaksanakan di SD Negeri di Kota Yogyakarta. Pembelajaran renang dilaksanakan secara teori di kelas bawah, yaitu kelas I-III, sedangkan di kelas atas sudah dilaksanakan secara praktik di pagi hari mengikuti jam pembelajaran PJOK. Pelaksanaan pembelajaran renang dilakukan minimal 8 kali pertemuan, hal tersebut agar peserta didik mampu menguasai teknik dasar olahraga renang dengan baik.

b. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta

Berhasil dan tidaknya sebuah pembelajaran, tentunya dipengaruhi oleh berbagai macam faktor tentang masalah belajar dimana faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi dalam proses pembelajaran. Survei yang dilakukan secara langsung, didapatkan terdapat beberapa faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta.

Proses pembelajaran didukung oleh faktor internal dan eksternal. Kedua faktor tersebut mendukung keberhasilan dalam

pembelajaran PJOK. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa, sedangkan faktor eksternal berasal dari luar (Hendayani, 2019, p. 183). Pendapat Suliani & Ahmad (2021, p. 2) bahwa faktor lain yang mempengaruhi pembelajaran yaitu faktor guru, faktor sarana prasarana, faktor kurikulum, dan faktor lingkungan.

Sekolah juga wajib memberikan dukungan dalam pelaksanaan pembelajaran khususnya renang agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Seperti yang diungkapkan informan, bahwa:

Menurut saya dukungan dari sekolah itu, satu mengizinkan usulan saya tentang pelaksanaan pembelajaran di pagi hari, maksudnya sudah masuk jam Pelajaran sekolah, itu bentuk wujudnya. Tapi kalau terkait anggaran itu dikembalikan kepada siswa, karena apa? Anak itu hanya perlu membayar tiket masuk saja dan tidak perlu membayar biaya pelatih. Karena itu masuk dalam efektif guru, maka kita sebagai guru juga harus mau mengajar materi tersebut (SDL/26/Juli/2024).

Berdasarkan hasil pernyataan di atas, dapat ditegaskan bahwa sekolah mendukung pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta. Pernyataan tersebut dikonfirmasi oleh informan lain, yaitu guru PJOK yang menyatakan bahwa:

Pembayaran itu nanti dari orang tua mas, jadi orang tua membayar sebulan sekali. Biasanya satu semester itu ada 4 kali pertemuan pembelajaran renang. Satu anak itu membayara Rp20.000 untuk sekali pertemuan, itu sudah termasuk masuk kolam dan untuk membayar pelatih yang dari luar. Biasanya pembayaran itu dilakukan selama satu semester sekali melalui forum orang tua. Nah uang dari pembayaran itu nanti kita bantu kelola untuk membayar tiket masuk kolam, membayar pelatih, penambahan peralatan renang, seperti beli fince, beli papan, saya rasa sekolah ini tentang peralatan bisa mengalahkan klub renang mas (SDU/29/Juli/2024).

Bentuk dukungan dalam pelaksanaan pembelajaran renang yaitu sekolah memberikan izin kepada guru PJOK untuk melaksanakan pembelajaran renang di pagi hari. Faktor pendukung lain yaitu dari guru PJOK itu sendiri, guru diharuskan mampu menguasai teknik berenang, meskipun ada sekolah yang menyewa pelatih renang dari luar. Seperti yang dinyatakan bahwa:

Ya mau enggak mau harus bisa berenang, karena ini pembelajaran juga sudah berjalan sejak lama. Anak-anak juga senang dengan pembelajaran ini banyak manfaatnya juga, jadi kenapa kok guru tidak mengajarkan? Ya harus bisa mengajarkan renang guru olahraga disini (SDL/26/Juli/2024).

Selain terdapat beberapa faktor pendukung dalam pelaksanaan pembelajaran renang, pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta juga mempunyai beberapa kendala, di antaranya diungkapkan oleh informan guru PJOK bahwa:

Kendalanya banyak mas yang saya alami selama mengajar, tentunya yang pembelajaran renang ini. Itu kendalanya itu satu dari siswa, banyak dari orang tua merasa anaknya jangan berenang, karena ya itu ketakutan orang tua ya mas. Yang kedua dari apa Namanya dari fasilitas wong kita melatih juga tidak dibayar, wong kita meminta fasilitas untuk membelikan papan saja itu tidak terbeli. Padahal saya Ketika saya mengajar di sekolah lain tidak usah kita minta papan itu sudah di sediakan, jadi memang siswa yang sekarang ini untuk membeli papan susah sekali. Mungkin ini ya mas karena adanya jalur zonasi, karena anak yang di sekitaran code ini merupakan orang-orang yang menengah ke bawah. Jadi saya mengejar mereka itu pengennya supaya mereka itu tidak ketinggal, tapi kalau mereka ingin ke Tingkat lanjut ya berat. Itu kendala sekali. Terus ini Ketika kemampuan anak itu mampu dan saya suruh ikut ke klub, mereka orang tua respon atau support padahal harusnya mampu mengikuti kejuaraan. Tapi ada juga anak yang mampu, kemarin sampai mewakili O2SN Provinsi (SDL/26/Juli/2024).

Senada dengan pernyataan di atas, beberapa kendala lain dalam pembelajaran renang yaitu:

Kalau kendala itu sebenere gini mas, ya pada gurunya juga sih mas karena guru disini yang dua dasarnya voli dan yang satu itu dasarnya sepakbola yang full di air itu ya cuma satu mas. Jadi mau tidak mau ya harus tetep belajar, harus dipaksa karena ritmenya di SD Ungaran seperti ini yang mewajibkan pembelajaran renang ya mereka ya harus belajar gitu aja sih mas. Kemudian terkait orang tua itu gini, ya karena di sekolah renang di wajihkan ada satu dua orang tua itu yang tidak memperbolehkan anaknya untuk berenang. Mereka berpikiran kalau renang bareng itu airnya kotor, kalau renang itu bikin pilek. Ya hal-hal seperti itu biasanya dari orang tua yang tidak memperbolehkan anaknya. Kemudian kalau masalah pembayaran sih, saya rasa 99% mereka tidak keberatan mas, ya satu dua anak ada yang tidak membayar tapi ya tidak papa masih bisa di tutup oleh siswa yang lainnya, itu juga tidak setiap kelas ada (SDU/29/Juli/2024).

Berdasarkan hasil pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa sekolah mendukung pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta. Bentuk dukungan dalam pelaksanaan pembelajaran renang yaitu sekolah memberikan izin kepada guru PJOK untuk melaksanakan pembelajaran renang di pagi hari. Faktor pendukung lain yaitu dari guru PJOK itu sendiri, guru diharuskan mampu menguasai teknik berenang, meskipun ada sekolah yang menyewa pelatih renang dari luar. Kendala dalam pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta yaitu masih ada orang tua yang tidak mendukung anaknya mengikuti pembelajaran renang, fasilitas yang kurang mendukung, dan faktor dari guru yang tidak semuanya mempunyai teknik dasar renang.

c. Solusi Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta

Pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta setiap guru pasti mengalami berbagai permasalahan, salah satunya dukungan orang tua. Adapun solusi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta seperti yang diungkapkan salah satu informan guru PJOK yaitu:

Kalau saya seumpama seperti kendala yang pertama ketakutan dari orang tua, biasanya pertemuan pertama saya izinkan untuk tidak ikut tetapi yang kedua saya akan memberikan pengaruh kepada temannya yang sudah bisa dan sudah senang. Saya mengajarkan kepada anak-anak dan memberikan kepada yang takut tadi itu dengan cara apa? “Asiik lo!!” dengan cara membuat foto apa video saat keasikan mereka berada di air lalu saya kirim kan di grup (SDL/26/Juli/2024).

Selanjutnya untuk mengatasi permasalahan dari segi fasilitas yaitu:

Kemudian yang kedua masalah tadi fasilitas tadi, jadi saya hanya apa ya? Mungkin memberikan motivasi dan mudah-mudahan orang tuanya bisa memberikan keyakinan dan mau untuk melanjutkan. Tapi kecil sekali itu, sulit (SDU/29/Juli/2024).

Pernyataan lain untuk mengatasi permasalahan dari segi fasilitas yaitu:

Iya mas paling dari gurunya saja. Kalau peralatan kita aman mas, fince ada 90 an, papan ada 100an sama ada beberapa pelampung punggung juga. Kita setiap tahunnya selalu upgrade alat mas, pokoknya melebihi klub lah. Pengadaan alat itu ya karena hasil dari manajemen kami, sehingga bisa disalurkan menajdi apa saja. Orang tua juga merasa puas dengan pembayaran segitu mendapatkan fasilitas seperti alat yang

lengkap saya rasa mereka puas dengan adanya pembelajaran renang ini mas (SDL/26/Juli/2024).

Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa solusi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta yaitu guru membuat pembelajaran renang semenarik mungkin kemudian foto dikirim ke grup WA agar orang tua yang tidak memberikan izin mengetahui. Dari segi fasilitas, sekolah ada yang mempunyai manajemen baik, sehingga masalah fasilitas dapat diatasi, selanjutnya solusi untuk guru yaitu guru berusaha terus untuk belajar teknik renang dengan baik, agar dapat mengajarkan teknik renang kepada peserta didik.

2. Hasil Analisis Kuantitatif

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta, yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 32 butir, dan terbagi dalam tiga faktor. Data yang digunakan merupakan data primer hasil kuesioner yang disebarkan kepada guru PJOK di SD Negeri di Kota Yogyakarta berjumlah 98 guru yang diambil secara *random sampling*.

Deskriptif statistik data hasil penelitian pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Deskriptif Statistik Pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	2.34
<i>Median</i>	2.36
<i>Mode</i>	2.53
<i>Std, Deviation</i>	0.27
<i>Minimum</i>	1.75
<i>Maximum</i>	3.03

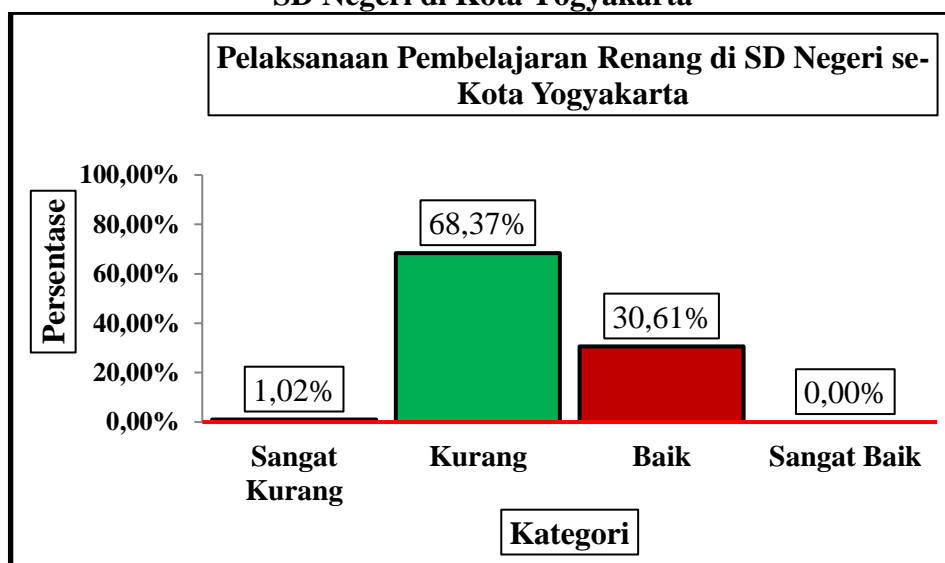
Norma Penilaian pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta disajikan pada tabel 5 berikut:

Tabel 5. Norma Penilaian Pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,26-4,00	Sangat Baik	0	0,00%
2	2,51-3,25	Baik	30	30,61%
3	1,76-2,50	Kurang	67	68,37%
4	1,00-1,75	Sangat Kurang	1	1,02%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan tabel 5, pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta dapat dilihat pada gambar 12 sebagai berikut:

Gambar 12. Diagram Batang Pelaksanaan Pembelajaran Renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta



Berdasarkan tabel 5 dan gambar 12 di atas menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 1,02% (1 guru), “kurang” sebesar 68,37% (67 guru), “baik” sebesar 30,61% (30 guru), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 guru).

a. Faktor Perencanaan Pembelajaran

Deskriptif statistik pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor perencanaan pembelajaran pada tabel 6 berikut:

Tabel 6. Deskriptif Statistik Faktor Perencanaan Pembelajaran

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	2.56
<i>Median</i>	2.50
<i>Mode</i>	2.13 ^a
<i>Std. Deviation</i>	0.41
<i>Minimum</i>	1.75
<i>Maximum</i>	3.75

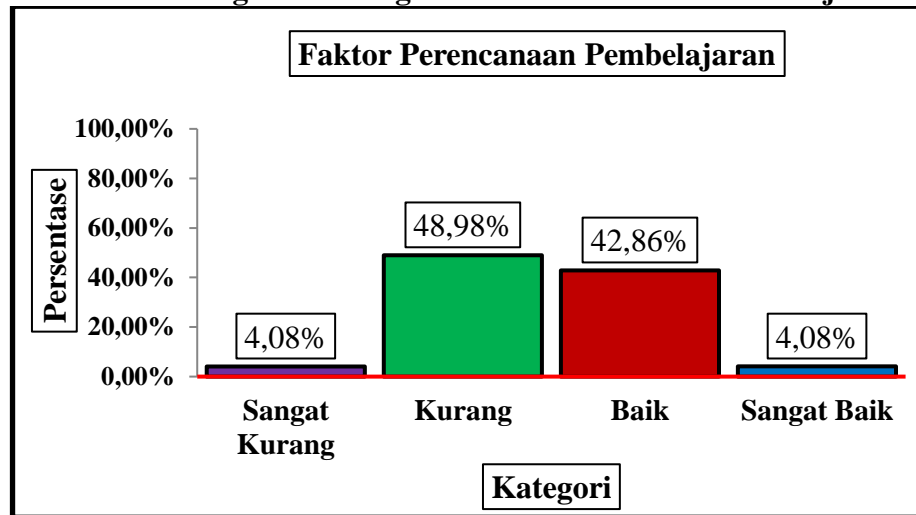
Berdasarkan tabel 6, pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor perencanaan pembelajaran pada tabel 7 berikut:

Tabel 7. Norma Penilaian Faktor Perencanaan Pembelajaran

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,26-4,00	Sangat Baik	4	4,08%
2	2,51-3,25	Baik	42	42,86%
3	1,76-2,50	Kurang	48	48,98%
4	1,00-1,75	Sangat Kurang	4	4,08%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan tabel 7, pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor perencanaan pembelajaran pada gambar 13 sebagai berikut:

Gambar 13. Diagram Batang Faktor Perencanaan Pembelajaran



Berdasarkan tabel 7 dan gambar 13 menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor perencanaan pembelajaran berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,08% (4 guru), “kurang” sebesar 48,98% (48 guru), “baik” sebesar 42,86% (42 guru), dan “sangat baik” sebesar 4,08% (4 guru).

b. Faktor Pelaksanaan Pembelajaran

Deskriptif statistik pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran pada tabel 8 berikut:

Tabel 8. Deskriptif Statistik Faktor Pelaksanaan Pembelajaran

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	2.33
<i>Median</i>	2.33
<i>Mode</i>	2.67
<i>Std. Deviation</i>	0.33
<i>Minimum</i>	1.42
<i>Maximum</i>	3.00

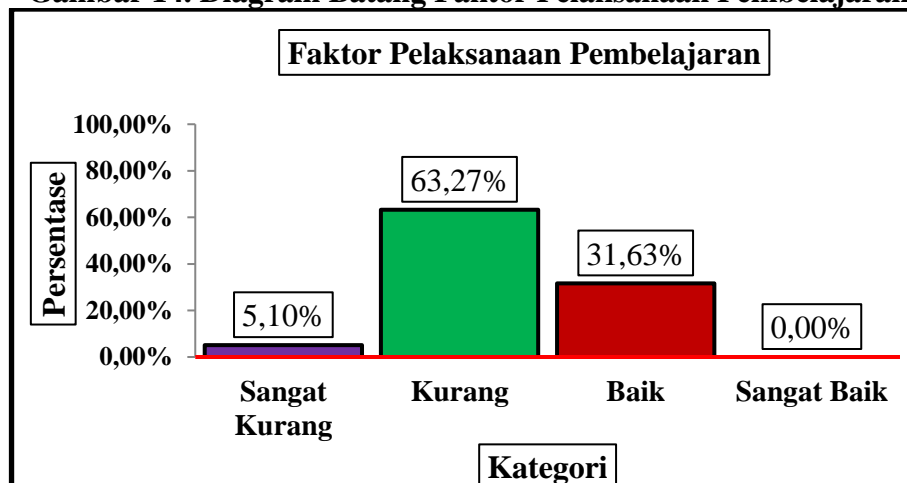
Berdasarkan tabel 8 di atas, pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran dapat dilihat pada tabel 9 berikut:

Tabel 9. Norma Penilaian Faktor Pelaksanaan Pembelajaran

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,26-4,00	Sangat Baik	0	0,00%
2	2,51-3,25	Baik	31	31,63%
3	1,76-2,50	Kurang	62	63,27%
4	1,00-1,75	Sangat Kurang	5	5,10%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan tabel 9 di atas, pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran pada gambar 14 sebagai berikut:

Gambar 14. Diagram Batang Faktor Pelaksanaan Pembelajaran



Berdasarkan gambar 14 menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran berada pada kategori “sangat kurang” 5,10% (5 guru), “kurang” 63,27% (62 guru), “baik” 31,63% (31 guru), dan “sangat baik” 0,00% (0 guru).

c. Faktor Evaluasi Pembelajaran

Deskriptif statistik pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor evaluasi pembelajaran pada tabel 10 berikut:

Tabel 10. Deskriptif Statistik Faktor Evaluasi Pembelajaran

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	2.21
<i>Median</i>	2.17
<i>Mode</i>	2.08
<i>Std. Deviation</i>	0.36
<i>Minimum</i>	1.33
<i>Maximum</i>	3.08

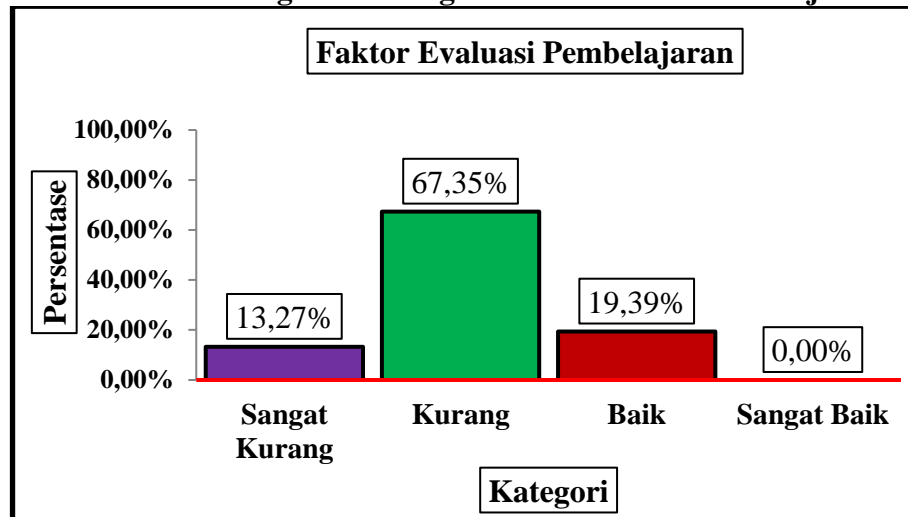
Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 10 di atas, pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor evaluasi pembelajaran dapat dilihat pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 11. Norma Penilaian Faktor Evaluasi Pembelajaran

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	3,26-4,00	Sangat Baik	0	0,00%
2	2,51-3,25	Baik	19	19,39%
3	1,76-2,50	Kurang	66	67,35%
4	1,00-1,75	Sangat Kurang	13	13,27%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan tabel 11 di atas, pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor evaluasi pembelajaran pada gambar 15 sebagai berikut:

Gambar 15. Diagram Batang Faktor Evaluasi Pembelajaran



Berdasarkan tabel 11 dan gambar 15 menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta berdasarkan faktor evaluasi pembelajaran berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 13,27% (13 guru), “kurang” sebesar 67,35% (66 guru), “baik” sebesar 19,39% (19 guru), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 guru).

C. Pembahasan

1. Pelaksanaan Pembelajaran Renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran renang sudah dilaksanakan di SD Negeri di Kota Yogyakarta. Pembelajaran renang dilaksanakan secara teori di kelas bawah, yaitu kelas I-III, sedangkan di kelas atas sudah dilaksanakan secara praktik di pagi

hari mengikuti jam pembelajaran PJOK. Pelaksanaan pembelajaran renang dilakukan minimal 8 kali pertemuan, hal tersebut agar peserta didik mampu menguasai teknik dasar olahraga renang dengan baik.

Tujuan pembelajaran adalah rumusan secara terperinci apa saja yang harus dikuasai oleh siswa sesudah melewati kegiatan pembelajaran yang bersangkutan dengan berhasil (Darman, 2020, p. 14). Tujuan pembelajaran memang perlu dirumuskan dengan jelas, karena perumusan tujuan yang jelas dapat digunakan sebagai tolak ukur keberhasilan dari proses pembelajaran itu sendiri. Tujuan pembelajaran merupakan upaya perubahan tingkah laku siswa yang berlangsung sebagai akibat dari keterlibatannya dalam sebuah pengalaman pendidikan (Fakhrurrazi, 2018, p. 85).

PJOK merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diselenggarakan di sekolah-sekolah manapun, yaitu sebagai mata pelajaran pokok yang harus diikuti oleh seluruh peserta didik. Mata pelajaran ini mempunyai kekhasan tersendiri dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya, yaitu digunakannya aktivitas gerak fisik sebagai sarana/media dalam mendidik peserta didik serta memerlukan alat dan tempat yang luas. Dominanya aktivitas gerak fisik jasmani ini bukan semata-mata untuk tujuan jangka pendek, yaitu untuk mencapai gambaran peserta didik yang terlatih fisiknya saja, tetapi lebih dari itu yang utama adalah pembentukan manusia seutuhnya, yaitu manusia seperti dideskripsikan dalam tujuan pendidikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa PJOK merupakan mata

pelajaran yang menggunakan aktivitas fisik sebagai media untuk mencapai tujuan pendidikan (Suwandaru & Hidayat, 2021, p. 113).

Program pendidikan selalu berhubungan atau memiliki sifat tentang perubahan, yaitu mengubah pengetahuan peserta didik, keterampilan atau sikap, mengubah struktur pendidikan, mengembangkan pemimpin pendidikan. Hasil kegiatan evaluasi akan memberikan gambaran kepada guru dalam menyusun program yang lebih baik untuk berikutnya (Chiva-Bartoll et al., 2019, p. 12). Gambaran tersebut dapat bersifat baik atau sebaliknya, dengan demikian akan memberi kesempatan kepada guru untuk melakukan perbaikan atau pengayaan. Hal ini, menjadi acuan bagi guru untuk mengevaluasi kembali bagaimana meningkatkan proses pembelajaran yang maksimal dan sesuai dengan hasil yang didapat.

Guru merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam mencapai tujuan pendidikan. Guru adalah orang dewasa yang karena jabatannya secara formal selalu mengusahakan terciptanya situasi mengajar yang tepat, sehingga memungkinkan bagi terjadinya proses pengalaman belajar dari peserta didik dengan mengusahakan segala sumber dan menggunakan strategi belajar yang tepat (Safitri, 2019, p. 14). Tugas pokok seorang guru yang menjadi rutinitas adalah mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, mengevaluasi, melatih dan mengadministrasi dalam rangka mengembangkan kemampuan peserta didik (Arianti, 2019, p. 117).

Guru secara umum diartikan sebagai orang yang pekerjaannya mengajar. Dalam pengertian yang sederhana, guru adalah orang yang

memberikan ilmu pengetahuan kepada anak didik. Guru dalam pandangan masyarakat adalah orang yang melaksanakan pendidikan di tempat-tempat tertentu, tidak hanya di lembaga formal melainkan juga non formal seperti masjid, mushola rumah dan sebagainya (Illahi, 2020, p. 2). Heriyansyah (2018, p. 2) menyatakan bahwa seorang guru mesti menguasai dua konsep dasar, yaitu kepengajaran (pedagogi) dan kepemimpinan. Guru harus mengerti dan bisa mempraktikkan konsep pedagogi yang efektif agar tujuan pendidikan tercapai.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sekolah mendukung pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta. Bentuk dukungan dalam pelaksanaan pembelajaran renang yaitu sekolah memberikan izin kepada guru PJOK untuk melaksanakan pembelajaran renang di pagi hari. Faktor pendukung lain yaitu dari guru PJOK itu sendiri, guru diharuskan mampu menguasai teknik berenang, meskipun ada sekolah yang menyewa pelatih renang dari luar. Kendala dalam pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta yaitu masih ada orang tua yang tidak mendukung anaknya mengikuti pembelajaran renang, fasilitas yang kurang mendukung, dan faktor dari guru yang tidak semuanya mempunyai teknik dasar renang.

Proses pembelajaran didukung oleh faktor internal dan eksternal. Kedua faktor tersebut mendukung keberhasilan dalam pembelajaran

PJOK. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa, sedangkan faktor eksternal berasal dari luar (Hendayani, 2019, p. 183). Pendapat Suliani & Ahmad (2021, p. 2) bahwa faktor lain yang mempengaruhi pembelajaran yaitu faktor guru, faktor sarana prasarana, faktor kurikulum, dan faktor lingkungan.

Faktor pertama yang berpengaruh terhadap pembelajaran yaitu guru. Faktor guru atau pendidik sangatlah penting, karena guru bertugas untuk membangun manusia itu sendiri. Oleh karena itu, diperlukan suatu keahlian sendiri dalam menjalankan tugas untuk mendidik peserta didik, keahlian dalam menjalankan tugas sering dikenal dengan kompetensi. Kompetensi merupakan kemampuan atau kapabilitas yang diterapkan dan menghasilkan kinerja yang baik. Kompetensi guru merupakan kemampuan atau kesanggupan guru dalam mengelola pembelajaran, sebagai pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai dasar yang direfleksikan dalam kebiasaan berpikir dan bertindak (Yusuf & Mukhadis, 2018, p. 130). Kompetensi yang dimiliki oleh setiap guru akan menunjukkan kualitas guru yang sebenarnya. Hal ini berarti bahwa guru dituntut mampu menciptakan dan menggunakan sikap positif dalam kegiatan pembelajaran. Guru yang berkompetensi atau guru profesional memahami akan apa yang dikerjakan.

Faktor kedua yang berpengaruh terhadap pembelajaran yaitu sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana adalah peralatan dan perlengkapan yang secara langsung dipergunakan untuk menunjang proses yan

dilaksanakan di sekolah. Sarana dan prasarana pendidikan adalah salah satu sumber daya yang menjadi tolok ukur mutu sekolah dan perlu peningkatan terus menerus seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin canggih (Devi, 2021, p. 2). Sekolah dengan sarana dan prasarana pendidikan yang baik dan lengkap pasti akan memberikan semangat bagi para peserta didik dan guru. Bagi sekolah yang mempunyai sarana dan prasarana pendidikan yang mencukupi dan mempunyai guru yang mampu berfikir kreatif dalam penggunaan sarana dan prasarana juga akan memotivasi para peserta didik dalam berjalannya pembelajaran.

Faktor ketiga yang berpengaruh terhadap pembelajaran yaitu kurikulum. Kurikulum adalah program yang disediakan oleh lembaga pendidikan (sekolah) bagi siswa. Berdasarkan program pendidikan tersebut siswa melakukan berbagai kegiatan belajar, sehingga mendorong perkembangan dan pertumbuhannya sesuai dengan tujuan pendidikan yang ditetapkan (Hamalik, 2018, p. 65). Dalam Sistem Pendidikan Nasional, dinyatakan bahwa kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan belajar mengajar. Kurikulum merupakan seperangkat rencana dan program pendidikan yang digunakan sebagai acuan oleh lembaga penyelenggara pendidikan yang disesuaikan dengan jenjang dan kebutuhan peserta didik serta dengan memperhatikan budaya lokal.

Faktor keempat yang berpengaruh terhadap pembelajaran yaitu lingkungan. Lingkungan belajar adalah sekolah, keluarga, masyarakat, dan media massa. Lingkungan belajar akan lebih berperan dalam pembelajaran yang dilakukan pihak sekolah maupun guru dalam memfasilitasi siswa untuk berinteraksi dengan lingkungan. Upaya ini dilakukan, baik untuk pembelajaran di dalam maupun di luar kelas (Rindaningsih, dkk., 2019, p. 41). Apabila keberadaan siswa diterima dan diakui oleh lingkungan di sekitarnya, maka siswa akan semakin cepat pula beradaptasi dengan proses belajar, sehingga mampu mendukung siswa untuk berprestasi dalam belajar.

Dilihat dari keadaan dan salah satu aspek penting dalam pendidikan jasmani adalah akuatik, sekolah memberikan pembelajaran renang. Namun masih banyak sekolah khususnya di Sekolah Dasar Negeri tidak menjalankan pembelajaran renang sesuai kurikulum. Faktor karena sarana dan prasarana yang kurang memadai. Beberapa sekolah tidak memberikan aktivitas air sebagai pembelajaran, tetapi menjadikan kegiatan ekstrakurikuler. Bagi siswa yang memiliki minat dan bakat untuk berenang akan diarahkan untuk mengikuti klub renang.

3. Solusi Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Renang SD Negeri di Kota Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Sekolah mendukung pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta. Bentuk dukungan dalam pelaksanaan pembelajaran renang

yaitu sekolah memberikan izin kepada guru PJOK untuk melaksanakan pembelajaran renang di pagi hari. Faktor pendukung lain yaitu dari guru PJOK itu sendiri, guru diharuskan mampu menguasai teknik berenang, meskipun ada sekolah yang menyewa pelatih renang dari luar. Kendala dalam pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta yaitu masih ada orang tua yang tidak mendukung anaknya mengikuti pembelajaran renang, fasilitas yang kurang mendukung, dan faktor dari guru yang tidak semuanya mempunyai teknik dasar renang.

Agar program pembelajaran berkualitas, salah satu faktor kunci adalah dengan meningkatkan kualitas dari guru. Peran guru PJOK begitu kompleks dalam program pendidikan. Mulai dari merencanakan dan memeriksa keselarasan berbagai langkah menuju hasil, keselarasan antara instruksi, kegiatan praktik, dan kompetisi mengarah pada hasil yang diinginkan. Kemudian, menyediakan kerangka kerja untuk mempelajari pengaruh setiap pengalaman belajar-mengajar terhadap perkembangan peserta didik.

Kualitas guru sebagai kunci penentu pengalaman dan hasil peserta didik di sekolah. Guru memberikan pengalaman dalam belajar dimana peserta didik akan mendapatkan informasi selama proses pembelajaran. Jika interaksi ini didefinisikan sebagai pengalaman, fungsi guru adalah untuk memilih, memulai, mengaktifkan, memantau, dan memanipulasi pengalaman ini untuk mencapai tingkat harmoni dan kompatibilitas/kesesuaian antara pelajar dan lingkungannya. Tugas guru

yakni sebagai perancang program pembelajaran, pelaksana, pemantau dan sekaligus sebagai evaluator untuk menilai apakah pengalaman belajar yang diberikan diterima dengan baik oleh peserta didik. Guru menggunakan data hasil belajar peserta didik dari berbagai penilaian untuk terus menerus mengevaluasi dan menyesuaikan instruksi. Baber (2021, p. 2) menyatakan bahwa pembelajaran yang berkualitas akan terwujud dari peran guru menarik perhatian peserta didik ketika menyampaikan pembelajaran supaya mampu dipahami dengan mudah apa yang diajarkan.

Kontribusi PJOK hanya akan bermakna ketika pengalaman-pengalaman dalam PJOK berhubungan dengan proses kehidupan seseorang secara utuh. Manakala pengalaman PJOK tidak memberikan kontribusi pada pengalaman kependidikan lainnya, maka pasti terdapat kekeliruan dalam pelaksanaan program PJOK (Nur et al., 2020, p. 17). Kebermaknaan pada proses pembelajaran PJOK akan terwujud apabila guru memahami tentang tujuan yang ingin dicapai dari pendidikan jasmani, dan mengaplikasikannya kepada peserta didik dalam pembelajaran.

Usaha pendidik dalam menciptakan kondisi yang diharapkan akan efektif apabila: pertama, diketahui secara tepat faktor-faktor yang dapat menunjang terciptanya kondisi yang menguntungkan dalam proses belajar mengajar. Kedua, dikenal dengan masalah-masalah yang diperkirakan dan biasanya timbul dan dapat merusak iklim belajar mengajar. Ketiga, dikuasainya berbagai pendekatan dalam pengelolaan pengelolaan kelas dan diketahui pula kapan dan untuk masalah mana suatu pendekatan

digunakan. Keterampilan guru untuk membaca situasi kelas sangat penting agar yang dilakukan tepat guna. Dengan mengkaji konsep dasar pengelolaan kelas, mempelajari berbagai pendekatan pengelolaan dan mencobanya dalam situasi belajar mengajar.

Sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor penunjang untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai dalam pembelajaran PJOK sangat penting untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas proses belajar mengajar PJOK. Kelengkapan sarana dan prasarana PJOK besar sekali manfaatnya bagi guru dan peserta didik, sehingga pembelajaran dapat berjalan lancar serta tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Namun sebaliknya sarana dan prasarana yang tidak lengkap atau tidak sesuai dengan kurikulum akan menyulitkan guru dan peserta didik sehingga materi tidak dapat disampaikan pada peserta didik dan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai.

Penyediaan sarana dan prasarana PJOK yang ideal sangat menunjang terhadap pelaksanaan proses belajar mengajar PJOK. Akan tetapi seringkali terdapat beberapa kendala dalam upaya pengadaan sarana dan prasarana PJOK di sekolah. Keterbatasan dana menjadi salah satu faktor penyebab ketidakmampuan sekolah dalam memenuhi sarana dan prasarana PJOK yang ideal. Kelengkapan sarana dan prasarana PJOK besar sekali manfaatnya bagi guru dan peserta didik, sehingga pembelajaran dapat berjalan lancar serta tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

Namun sebaliknya sarana dan prasarana yang tidak lengkap atau tidak sesuai dengan kurikulum akan menyulitkan guru dan peserta didik, sehingga materi tidak dapat disampaikan pada peserta didik dan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

1. Pembelajaran renang sudah dilaksanakan di SD Negeri di Kota Yogyakarta. Pembelajaran renang dilaksanakan secara teori di kelas bawah, yaitu kelas I-III, sedangkan di kelas atas sudah dilaksanakan secara praktik di pagi hari mengikuti jam pembelajaran PJOK. Pelaksanaan pembelajaran renang dilakukan minimal 8 kali pertemuan, hal tersebut agar peserta didik mampu menguasai teknik dasar olahraga renang dengan baik.
2. Sekolah mendukung pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta. Bentuk dukungan dalam pelaksanaan pembelajaran renang yaitu sekolah memberikan izin kepada guru PJOK untuk melaksanakan pembelajaran renang di pagi hari. Faktor pendukung lain yaitu dari guru PJOK itu sendiri, guru diharuskan mampu menguasai teknik berenang, meskipun ada sekolah yang menyewa pelatih renang dari luar. Kendala dalam pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta yaitu masih ada orang tua yang tidak mendukung anaknya mengikuti pembelajaran renang, fasilitas yang kurang mendukung, dan faktor dari guru yang tidak semuanya mempunyai teknik dasar renang.

3. Solusi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan pembelajaran renang di SD Negeri di Kota Yogyakarta yaitu guru membuat pembelajaran renang semenarik mungkin kemudian foto dikirim ke grup WA agar orang tua yang tidak memberikan izin mengetahui. Dari segi fasilitas, sekolah ada yang mempunyai manajemen baik, sehingga masalah fasilitas dapat diatasi, selanjutnya solusi untuk guru yaitu guru berusaha terus untuk belajar teknik renang dengan baik, agar dapat mengajarkan teknik renang kepada peserta didik.

B. Keterbatasan Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain jumlah informan, yaitu guru PJOK dalam penelitian ini hanya dua orang, sehingga data yang dihasilkan kurang kuat untuk digeneralisirkan. Data akan lebih baik jika jumlah informan yang kredibel lebih banyak.

C. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian yaitu:

1. Faktor-faktor yang menghambat dalam pelaksanaan pembelajaran renang di SD Negeri se-Kota Yogyakarta agar dapat diperhatikan dan dicari pemecahannya oleh pihak sekolah, agar faktor tersebut dapat diminimalisir dan pelaksanaan pembelajaran renang dapat terlaksana dengan baik.

2. Bagi SD Negeri se-Kota Yogyakarta diharapkan hasil ini dapat menjadi acuan, bagi sekolah yang belum melaksanakan pembelajaran renang agar melakukan sharing dengan sekolah dasar lain yang sudah melaksanakan pembelajaran renang dengan baik.
3. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperluas pengetahuan bagi pembaca dan sebagai acuan peneliti lain yang mengadakan penelitian lebih lanjut tentang pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta.

D. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi sekolah dalam pelatihan dan pendampingan dapat perlu ditingkatkan lagi dalam upaya peningkatan mutu pelaksanaan pembelajaran renang SD Negeri di Kota Yogyakarta, sehingga sejalan dengan program pemerintah mencapai pendidikan yang baik untuk memerdekakan guru dan peserta didik.
2. Bagi sekolah, agar memberikan dukungan kepada guru, serta mampu menjembatani kerjasama antara guru dengan wali murid maupun komite, serta mampu menjalin kerjasama juga dengan pihak luar, khususnya pihak kolam agar pembelajaran renang dapat terlaksana dengan baik dan lancar.
3. Bagi Guru, agar dapat menggunakan teknologi yang ada, sehingga meskipun sarana prasarana untuk praktik tidak ada, tetapi materi praktik

dapat disampaikan melalui media *online* ataupun kecanggihan teknologi dan informasi.

4. Bagi peneliti lain hendaknya lebih dilakukan pengawasan secara ketat pada saat responden mengisi angket yang diberikan agar hasilnya lebih objektif.
5. Bagi peneliti lain hendaknya melakukan penelitian dengan menambah referensi-referensi yang lebih baru, menggunakan pendekatan yang berbeda dan dengan objek yang berbeda pula, sehingga hasil dari penelitian akan dapat lebih menyempurnakan hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhiruddin, S. P., Sujarwo, S. P., Atmowardoyo, H., & Nurhikmah, H. (2020). *Belajar & pembelajaran*. Gowa: CV. Cahaya Bintang Cemerlang.
- Arhesa, S., Gaffar, V., & Ma'mun, A. (2024). Swimming Athletes Guidance and Training at Arhesa Swimming Club Bandung. *Indonesian Journal of Sport Management*, 4(2).
- Arianti, A. (2019). Peranan guru dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 12(2), 117-134.
- Ariyanto, R. D., Andrianie, S., & Hanggara, G. S. (2020). Implementasi pendidikan karakter di masa pandemi covid-19: tantangan dan kontribusi. *Prosiding Webinar Nasional Pendidikan FIP 2020*, 1(1), 128–135.
- Armen, M., & Rahmadani, A. F. (2019). Development of learning media swimming freestyle based on macromedia flash 8 on students class VIII SMPN 2 Padang. *KnE Social Sciences*, 205-221.
- Asrul, A., Saragih, A. H., & Mukhtar, M. (2022). *Evaluasi pembelajaran*. Medan: Perdana Publishing.
- Astutik, N. W. W., Dimyati, Setiawan, C., & Hartanto, A. (2024). Warming up through games in physical education learning. Can it increase students' learning motivation and cooperation? *Fizjoterapia Polska 2023*; 23(5); 52-56
- Banerjee, M., & Bag, S. (2019). Relationship of selected anthropometric variables with short distance swimming performance. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*, 4(2), 413-417.
- Bangun, S. Y., & Ananda, R. D. (2021). Pengembangan model latihan teknik dasar renang gaya bebas untuk atlet usia dini. In *Prosiding Seminar dan Lokakarya Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta* (Vol. 4, No. 01, pp. 258-264).
- Burkhardt, D., Born, D. P., Singh, N. B., Oberhofer, K., Carradori, S., Sinistaj, S., & Lorenzetti, S. (2023). Key performance indicators and leg positioning for the kick-start in competitive swimmers. *Sports biomechanics*, 22(6), 752-766.
- Chiva-Bartoll, O., Ruiz-Montero, P. J., Martín-Moya, R., Pérez López, I., Giles Girela, J., García-Suárez, J., & Rivera García, E. (2019). University

service-learning in physical education and sport sciences: A systematic review.

- Darman, R. A. (2020). *Belajar dan pembelajaran*. Sulawesi Selatan: Guepedia.
- Dewanti, G., Yachsie, B. T. P. W. B., & Wijaya, R. G. (2021). Hambatan pelaksanaan pembelajaran renang di Sekolah Dasar se-Kecamatan Mergansan Yogyakarta Tahun Pelajaran 2019/2020. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Aktifitas Jasmani*, 1(2), 1-7.
- Djamaludin. A., & Wardana. (2019). *Belajar dan pembelajaran, 4 pilar peningkatan kompetensi pedagogis*. Sulawesi Selatan: Penerbit CV Kaaffah Learning Center.
- Elena-Diana, S., & Vladimir, P. (2019). Biomechanical characteristics of the start in backstroke swimming style in the students of higher education of other profiles. *Ovidius University Annals, Series Physical Education & Sport/Science, Movement & Health*, 19(1), 37-43.
- Fakhrurrazi, F. (2018). Hakikat pembelajaran yang efektif. *At-Ta'fikir*, 11(1), 85-99.
- Fitrianti, L. (2018). Prinsip kontinuitas dalam evaluasi proses pembelajaran. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 10(1), 89-102.
- García-Hermoso, A., Alonso-Martínez, A. M., Ramírez-Vélez, R., Pérez-Sousa, M. Á., Ramírez-Campillo, R., & Izquierdo, M. (2020). Association of physical education with improvement of health-related physical fitness outcomes and fundamental motor skills among youths: a systematic review and meta-analysis. *JAMA pediatrics*, 174(6), e200223-e200223.
- Guignard, B., Button, C., Davids, K., & Seifert, L. (2020). Education and transfer of water competencies: an ecological dynamics approach. *European Physical Education Review*, 26(4), 938-953.
- Haking, D. D., & Soepriyanto, Y. (2019). Pengembangan media video pembelajaran renang pada mata pelajaran PJOK untuk siswa kelas V SD. *JKTP: Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 2(4), 320-328.
- Hamalik, O. (2018). *Kurikulum dan pembelajaran*. Jakarta: Cetakan Kelima. Bumi Aksara.
- Handaka, R. D., Ginanjar, A., & Utami, N. S. (2020). Fenomena siswa pasif kelas X dalam pembelajaran renang di SMA Negeri 1 Majenang Jawa Tengah. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 191-203.

- Harmoko, H., & Sovensi, E. (2021). Analisis teknik renang gaya bebas pada atlet renang. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(1), 22-28.
- Heriyansyah, H. (2018). Guru Adalah Manajer Sesungguhnya Di Sekolah. *Islamic Management: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(01).
- Hermawan, H. A., Utami, N. S., Purwandari, A., & Subagyo, S. (2022, January). The Barriers of PJOK Teachers in the Implementation of Swimming Learning at Elementary School Kulon Progo Regency. In *Conference on Interdisciplinary Approach in Sports in Conjunction with the 4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (COIS-YISHPESS 2021)* (pp. 337-342). Atlantis Press.
- Illahi, N. (2020). Peranan guru profesional dalam peningkatan prestasi siswa dan mutu pendidikan di era milenial. *Jurnal Asy-Syukriyyah*, 21(1), 1-20.
- Iswanto, I. (2017). Analisis instrumen ujian formatif mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(2), 79-91.
- Knudson, D. V., & Brusseau, T. A. (Eds.). (2021). *Introduction to Kinesiology: Studying Physical Activity*. USA: Human Kinetics.
- Kurniawan, I., & Winarno, M. E. (2020). Hubungan antara kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai dan motivasi berprestasi dengan prestasi renang gaya bebas 50 meter. *Sport Science and Health*, 2(11), 543-556.
- Kusriyanti, K., & Sukoco, P. (2020). Model aktivitas jasmani berbasis alam sekitar untuk meningkatkan kecerdasan naturalis siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 65-77.
- Kurniawan, W. P., & Suharjana, S. (2018). Pengembangan model permainan poloair sebagai pembelajaran pendidikan jasmani bagi siswa sekolah dasar kelas atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 50-61.
- Lestari, D. F. (2020). Pengembangan model pembelajaran aktivitas jasmani melalui permainan tradisional bagi siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 8(1), 7-12.
- Mahardhika, N. A., Jusuf, J. B. K., & Priyambada, G. (2018). Dukungan orangtua terhadap motivasi berprestasi siswa SKOI Kalimantan Timur dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 62-68.

- Martins, J., Honório, S., & Cardoso, J. (2023). Physical fitness levels in students with and without training capacities: A comparative study in physical education classes. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (47), 43-50.
- Martinus, S. P., Rahayu, T., Rumini, M. P., & Rustiadi, T. (2021). *Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Renang* (Vol. 1). Zahira Media Publisher.
- Muzakki, A. (2022). *Buku ajar pembelajaran penjas sekolah dasar disertai panduan pembelajaran olahraga dan permainan tradisional*. Jawa Barat: CV. Feniks Muda Sejahtera.
- Nugroho, A. W., Winarni, S., & Guntur, G. (2024). Analisis penerapan model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis teaching personal and social responsibility (TPSR) di Kabupaten Sleman. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 20(1), 32-41.
- Peden, A. E., & Franklin, R. C. (2020). Learning to swim: an exploration of negative prior aquatic experiences among children. *International journal of environmental research and public health*, 17(10), 3557.
- Pratiwi, E., & Oktaviani, M. N. (018). *Dasar-dasar pembelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar*. Lamongan: CV. Pustaka Djati.
- Purwanto, S., & Susanto, E. (2018). *Nilai-nilai karakter dalam pendidikan jasmani*. Yogyakarta: UNY Press.
- Qinthara, M. A. A. (2024). Faktor-faktor penghambat proses pembelajaran renang pada siswa siswi di SD Negeri Kalimati 01 Kabupaten Brebes. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 5(1), 33-42.
- Quintas-Hijós, A., Peñarrubia-Lozano, C., & Bustamante, J. C. (2020). Analysis of the applicability and utility of a gamified didactics with exergames at primary schools: Qualitative findings from a natural experiment. *PloS one*, 15(4), e0231269.
- Ranti, S., Hermanzoni, H., & Mardela, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Patriot*, 2(4), 1019-1035.
- Ridwan & Astuti, S. D. (2021). *Pendidikan jasmani dan olahraga anak usia dini*. Jambi: Anugerah Pratama Press.
- Rocha, H. A., Marinho, D. A., Garrido, N. D., Morgado, L. S., & Costa, A. M. (2018). The acquisition of aquatic skills in preschool children: deep versus shallow water swimming lessons. *Motricidade*, 14(1), 66-72.

- Rodríguez Rodríguez, J., Álvarez-Seoane, D., Arufe-Giráldez, V., Navarro-Patón, R., & Sanmiguel-Rodríguez, A. (2022). Textbooks and learning materials in physical education in the international context: Literature review. *International journal of environmental research and public health*, 19(12), 7206.
- Ruiz-Ariza, A., de la Torre Cruz, M. J., Serrano, S. L., Oyarzún, J. C., & López, E. J. M. (2021). Analysis of the effect size of overweight in speed-agility test among adolescents Reference values according to sex, age and BMI. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (40), 157-163.
- Safitri, D. (2019). *Menjadi guru profesional*. PT. Indragiri Dot Com.
- Sanjaya, P. M. D., Priyudahari, B. A. P., & Rediani, N. N. (2022). YouTube-based Learning on the Knowledge of Swimming Concepts and Swimming Speed of Elementary School Students. In *SHS Web of Conferences* (Vol. 149, p. 01051). EDP Sciences.
- Sanjaya, W. (2018). *Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sardiman. (2018). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Depok: PT. Rajagrafindo Persada.
- Setiawan, A. (2017). *Belajar dan pembelajaran*. Sidoharjo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Suardi, M. (2018). *Belajar & pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.
- Subagyo (2017). *Pendidikan olahraga renang dalam perspektif aksiologi*. Yogyakarta. LPPM UNY.
- Sudjana, N. (2018). *Penilaian hasil proses belajar mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Suliani, M., & Ahmad, A. M. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Hasil Pembelajaran Jarak Jauh di MTs Negeri 6 HSS di Masa Pandemi Covid-19. *SJME (Supremum Journal of Mathematics Education)*, 5(2).
- Sumardjan, S. P. (2017). *Media kartu sekolah dasar*. Formaci.
- Suwandaru, C., & Hidayat, T. (2021). Hubungan aktivitas fisik dengan prestasi belajar siswa Smk Negeri 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 113-119.

- Syah, M. (2019). *Psikologi belajar (Rev. ed.)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Triansyah, A., Atmaja, N. M. K., Abdurrochim, M., & Bafadal, M. F. (2020). Peningkatan karakter kepedulian dan kerjasama dalam pembelajaran mata kuliah atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 145-155.
- Uğraş, S., & Özen, G. (2020). Investigation of relationship between attitude to physical education course and school belonging. *Pedagogy of physical culture and sports*, 24(1), 48-53.
- Umam, N. (2022). Karakteristik Pembelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti di Kelas Rendah Sekolah Dasar. *Progressive of Cognitive and Ability*, 1(2), 68-78.
- Uno, H. B. (2018). *Model pembelajaran menciptakan proses belajar mengajar kreatif dan efektif*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Utami, N. S. (2021). Survei pemanfaatan kolam renang sebagai prasarana pembelajaran akuatik sekolah dasar di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 72-76.
- Utami, M. S., & Purnomo, E. (2019). Minat siswa sekolah menengah pertama terhadap pembelajaran atletik. *JPII*, 15(1), 12-21.
- Walton-Fisette, J. L., & Sutherland, S. (2018). Moving forward with social justice education in physical education teacher education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(5), 461-468.
- Wicaksono, P. N., Kusuma, I. J., Festiawan, R., Widanita, N., & Anggraeni, D. (2020). Evaluasi penerapan pendekatan saintifik pada pembelajaran pendidikan jasmani materi teknik dasar passing sepak bola. *Jurnal pendidikan jasmani Indonesia*, 16(1), 41-54.
- Wright, P. M., & Richards, K. A. R. (2021). *Teaching social and emotional learning in physical education*. Jones & Bartlett Learning.
- Yusuf, A. R., & Mukhadis, A. (2018). Model pengembangan profesionalitas guru sesuai tuntutan revitalisasi pendidikan vokasi di Indonesia. *Lectura: Jurnal Pendidikan*, 9(2), 130-139.
- Zulvira, R., Neviyarni, N., & Irdamurni, I. (2021). Karakteristik siswa kelas rendah Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1846-1851.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan Validasi Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas_fikk@uny.ac.id

Nomor : 0107/UN34.16/Val/2024

25 Juli 2024

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:
Dr. Alfonsus Maria Bandi Utama, M.Pd.
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Tomi Ammar Mubarak
NIM : 20733251011
Prodi : PENDIDIKAN JASMANI - S2
Pembimbing 1 : Prof. Dr. Drs. Subagyo, M.Pd.
Pembimbing 2 : -
Judul :

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RENANG SEKOLAH DASAR NEGERI DI
KOTA YOGYAKARTA**


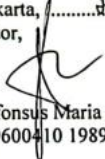
Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan

Dr. Hedi Ardiyanto H., SPd., M.Or.
NIP. 19770218 200801 1 002

Lanjutan Lampiran 1. Surat Keterangan Validasi Instrumen

	<p>KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092 Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas_fikk@uny.ac.id</p>
SURAT KETERANGAN VALIDASI	
Yang bertanda tangan dibawah ini:	
Nama	: Dr. Alfonsus Maria Bandi Utama, M.Pd.
Jabatan/Pekerjaan	: Dosen
Instansi Asal	: Universitas Negeri Yogyakarta
Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:	
PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RENANG SEKOLAH DASAR NEGERI DI KOTA YOGYAKARTA	
dari mahasiswa:	
Nama	: Tomi Ammar Mubarak
NIM	: 20733251011
Prodi	: PENDIDIKAN JASMANI - S2
(sudah siap/ belum siap)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:	
1.	kepalanya agar tertunna klo sudah
2.	
3.	
Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.	
Yogyakarta, Juli 2024	
Validator,	
	
Dr. Alfonsus Maria Bandi Utama, M.Pd. NIP 19600410 198903 1 002	

Lanjutan Lampiran 1. Surat Keterangan Validasi Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas_fikk@uny.ac.id

Nomor : 0107/UN34.16/Val/2024

25 Juli 2024

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:
Dr. Hedi Ardiyanto H., SPd., M.Or.
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Tomi Ammar Mubarak

NIM : 20733251011

Prodi : PENDIDIKAN JASMANI - S2

Pembimbing 1 : Prof. Dr. Drs. Subagyo, M.Pd.

Pembimbing 2 : -

Judul :

PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RENANG SEKOLAH DASAR NEGERI DI
KOTA YOGYAKARTA

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan

Dr. Hedi Ardiyanto H., SPd., M.Or.
NIP. 19770218 200801 1 002

Lanjutan Lampiran 1. Surat Keterangan Validasi Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas_fikk@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Hedi Ardiyanto H., SPd., M.Or.
Jabatan/Pekerjaan : Dosen
Instansi Asal : Universitas Negeri Yogyakarta

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RENANG SEKOLAH DASAR NEGERI DI KOTA
YOGYAKARTA

dari mahasiswa:

Nama : Tomi Ammar Mubarak
NIM : 20733251011
Prodi : PENDIDIKAN JASMANI - S2

(sudah siap/~~belum siap~~)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran
sebagai berikut:

1. Pertanyaan pada butir Materi pembelajaran renang.
di sesuaikan dgn kurikulum.
2. pada pertanyaan pengelola kolam hindarkan pada
pertanyaan spesifik satu sekolah saja -
3. Erapkan pertanyaan lanjutannya -

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




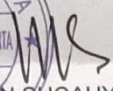
Yogyakarta,
Validator,


Dr. Hedi Ardiyanto H., SPd., M.Or.
NIP 19770218 200801 1 002

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian

	PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA SEKOLAH DASAR NEGERI LEMPUYANGWANGI <i>diklatana maza wana miki niki kiyaya - jawa wati</i>
<small>Jl. Hayam Wuruk No. 9 Yogyakarta Kode Pos : 55212 Telp. (0274) 289405 HOTLINE SMS SEKOLAH: 081802780251 EMAIL : sdnlw@jogjakota.go.id HOTLINE SMS UPIK : 08122780001 HOTLINE EMAIL : upk@jogjakota.go.id WEBSITE: www.sdlempuyangwangi.sch.id</small>	
<hr/>	
<u>SURAT KETERANGAN</u> Nomor : 000 / 808/2024	
<p>Yang bertanda tangan di bawah ini , Kepala SD Negeri Lempuyangwangi Yogyakarta Kecamatan Danurejan Kota Yogyakarta :</p>	
Nama	: ESTI KARTINI, S.Pd
NIP	: 19660421 199302 2 002
Pangkat/Gol	: Pembina / IV A
Jabatan	: Kepala Sekolah
Instansi	: SD Negeri Lempuyangwangi
<p>Menerangkan bahwa :</p>	
Nama	: TOMI AMMAR MUBARAK
NIM	: 20733251011
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Program Studi	: Pendidikan Jasmani – S2
Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta
Waktu Penelitian	: 2 Agustus 2024
<p>Mahasiswa tersebut telah selesai melakukan penelitian di SD Negeri Lempuyangwangi Tahun Pelajaran 2023/2024 dengan judul tesis “ Pelaksanaan Pembelajaran Renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta”.</p>	
<p>Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.</p>	
<p>Yogyakarta, 5 Agustus 2024 Kepala Sekolah</p> <div style="text-align: center;"> ESTI KARTINI, S.Pd NIP. 19660421 199302 2 002</div> <div style="text-align: center;"></div>	

Lanjutan Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian

	PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA PERUMDA PDAM TIRTAMARTA ꦥꦺꦴꦩꦢꦤ꧀ ꦥꦢꦩ ꦠꦶꦂꦠꦩꦂꦠ							
<small>Jl. W. Monginsidi No. 3 Telp. (0274) 513605, 550751, 550752 Fax. 515870 Yogyakarta 55233 E-mail : pdamjogja@gmail.com ; HOTLINE PENAGIHAN : (0274) 2923456 Website : www.pdamkotajogja.co.id</small>								
➤ Agustus 2024								
K E P A D A								
Nomor : 070/1804 Sifat : Biasa Hal : Permohonan Izin Penelitian	YTH. DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA DI – YOGYAKARTA							
Dengan Hormat,								
Memperhatikan Surat Saudara Nomor : B/1180/UN34.16/PT.01.04/2024, tanggal 25 Juli 2024 Hal Surat Permohonan Izin Penelitian, bersama ini kami sampaikan bahwa Perusahaan Umum Daerah PDAM Tirtamarta Yogyakarta dapat menyetujui Permohonan Izin Penelitian tersebut atas nama mahasiswa :								
<table border="1" style="margin: auto;"><thead><tr><th style="width: 10%;">NO</th><th style="width: 50%;">N A M A</th><th style="width: 40%;">NIS</th></tr></thead><tbody><tr><td style="text-align: center;">1</td><td>Tomi Ammar Mubarak</td><td style="text-align: center;">20733251011</td></tr></tbody></table>			NO	N A M A	NIS	1	Tomi Ammar Mubarak	20733251011
NO	N A M A	NIS						
1	Tomi Ammar Mubarak	20733251011						
Selanjutnya harapan kami semoga siswa tersebut dapat memanfaatkan kesempatan yang kami berikan dengan sebaik-baiknya dan mentaati peraturan dan tata tertib Perusahaan yang sudah ditetapkan.								
Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami mengucapkan terima kasih.								
a.n. DIREKSI PERUMDA PDAM TIRTAMARTA PIL. KEPALA DIVISI UMUM								
<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"><div style="text-align: center;"></div><div style="margin-left: 10px;"> WAWAN SUCAHYO, S.T. NPP. 50442</div></div>								

Lanjutan Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian

 PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAAHRAGA <i>ꦑꦼꦩꦼꦂꦶꦤꦏꦺꦴꦲꦏꦿꦏꦂꦠ</i> Jl. Hayam Wuruk No. 11 Yogyakarta Kode Pos 55212 Telp. (0274) 512956, 563078, 515865, 562682 Fax (0274) 512956 EMAIL: dindikpora@jogjakota.go.id HOTLINE SMS: 08122780001 HOTLINE EMAIL: upik@jogjakota.go.id WEBSITE: www.jogjakota.go.id	
Yogyakarta, 30 Juli 2024	
Nomor : 000.9/7852	Kepada
Sifat : Biasa	Yth. Dekan FIKK - UNY
Lampiran : 1 Bendel	
Hal : Izin Penelitian	di
	Yogyakarta
 Berdasarkan surat:	
Dari : Universitas Negeri Yogyakarta	
Nomor : B/1196/UN34.16/PT.01.04/2024	
Tanggal : 29 Juli 2024	
Hal : Izin Penelitian	
 Setelah mempelajari surat permohonan yang diajukan, maka dapat kami berikan izin penelitian kepada:	
Nama	: Tomi Ammar Mubarak
NIM	: 20733251011
Prodi	: Pendidikan Jasmani - S2
Judul Tugas Akhir	: Pelaksanaan Pembelajaran Renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta Tahun 2023
Waktu Penelitian	: 29 Juli s.d. 9 Agustus 2024
Narahubung	: 085743339963.
 Setelah penelitian selesai dilaksanakan, mahasiswa segera melapor ke Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kota Yogyakarta.	
 Atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu, kami sampaikan terima kasih.	
<div style="display: flex; align-items: center;"><div style="margin-left: 10px;"><p>Kepala Dinas</p> <p>BUDI SANTOSA ASRORI, S.E., M.Si. NIP. 197009151994031009</p></div></div>	
Tembusan:	
1. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga	
2. SD Negeri Lempuyangwangi	
3. SD Negeri Serayu	
4. SD Negeri Ungaran I	
5. Kurikulum Bidang Pembinaan SD	

Lampiran 3. Instrumen Penelitian

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta, maka yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Tomi Ammar Mubarak
NIM : 20733251011
Judul Penelitian : Pelaksanaan Pembelajaran Renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta

Dengan segala kerendahan hati, memohon kepada saudara untuk berkenan menjadi responden dalam penelitian ini dengan mengisi instrumen yang peneliti ajukan. Jawaban saudara sangat kami butuhkan dan akan dijamin kerahasiannya.

Atas bantuan dan partisipasinya, peneliti ucapkan terimakasih.

Wassalmu'alaikum Warhmatullahi Wabarakatuh

Peneliti

(Tomi Ammar Mubarak)

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Alamat :

Sekolah :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh:

Nama Mahasiswa : Tomi Ammar Mubarak

NIM : 20733251011

Bersedia untuk mengisi instrumen penelitian yang diajukan oleh mahasiswa dengan nama di atas, tanpa prasangka dan paksaan. Jawaban yang diberikan hanya semata-mata untuk keperluan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pertanyaan kami buat.

Yogyakarta, 2024

Responden

.....

INSTRUMEN PENELITIAN

A. Identitas Responden

1. Nama :
2. Jenis kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan
3. Usia :
4. Lama Bekerja :
5. Status : ☐ PNS ☐ Non PNS
6. Sekolah :

B. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah baik-baik setiap butir pernyataan.
2. Pilihlah alternatif jawaban yang paling sesuai dengan pengetahuan anda.
3. Mohon setiap butir pernyataan dapat diisi dan tidak ada yang terlewatkan dengan pengetahuan anda sesungguhnya.
4. Berilah tanda (√) pada alternatif jawaban yang dipilih.

Selalu (SL)
Sering (SR)
Kadang-Kadang (J)
Tidak Pernah (SJ)

C. Kueisioner

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Perencanaan Pembelajaran				
1	Saya tidak merancang tujuan pembelajaran yang sesuai dengan kompetensi/capaian pembelajaran				
2	Saya merancang tujuan pembelajaran dengan menggunakan kata kerja operasional yang dapat diamati dan terukur				
3	Saya merancang materi renang sesuai dengan				

	KD/tujuan dan berbasis TPACK (<i>Technological, Pedagogical, Content Knowledge</i>)				
4	Saya merancang materi renang secara komprehensif dari berbagai sudut pandang (misalnya bidang studi, kehidupan sosial), dengan penjelasan yang logis				
5	Saya merancang materi secara kohesif dan berurutan secara logis				
6	Saya tidak merancang media dan alat bantu pembelajaran (Merancang alat bantu dan media sesuai dengan model dan tujuan pembelajaran, dan tujuan pembelajaran serta aplikatif)				
7	Saya merancang pengelolaan kelas yang menerapkan pembelajaran aktif. (Merancang pembelajaran dengan saya sebagai sumber belajar, berbasis aktivitas (misal: membentuk kelompok, siswa diajak melakukan percobaan, pengamatan lingkungan, dan lain-lain, memperhatikan keselamatan siswa, dan variatif)				
8	Saya merancang pembelajaran yang menyenangkan agar peserta didik mengalami proses belajar sebagai pengalaman yang menimbulkan emosi positif				
	Pelaksanaan Pembelajaran				
9	Saya mendorong peserta didik untuk melakukan refleksi				
10	Saya senantiasa memberikan umpan balik langsung yang mendorong kemampuan peserta didik untuk terus belajar dan mengeksplorasi ilmu pengetahuan.				
11	Saya tidak menggunakan pertanyaan terbuka yang menstimulasi pemikiran yang mendalam				
12	Saya memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif agar terbangun sikap pembelajar mandiri.				
13	Saya tidak memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, kemandirian sesuai bakat, minat, dan perkembangan fisik, serta psikologis peserta didik				
14	Saya tidak memberikan tugas atau pekerjaan rumah ditujukan untuk mendorong pembelajaran yang mandiri dan untuk mengeksplorasi ilmu pengetahuan dengan mempertimbangkan beban				

	belajar peserta didik				
15	Saya menggunakan berbagai metode pembelajaran yang bervariasi dan untuk membantu peserta didik mengembangkan kompetensi,				
16	Saya merefleksikan proses dan sikapnya untuk memberi keteladanan dan sumber inspirasi positif bagi peserta didik.				
17	Saya tidak menyelenggarakan pembelajaran sesuai kebutuhan dan dikaitkan dengan dunia nyata, lingkungan, dan budaya yang menarik minat peserta didik.				
18	Saya memotivasi peserta didik untuk menyadari bahwa masa depan adalah milik mereka dan mereka perlu mengambil peran dan tanggung jawab untuk masa depan mereka.				
19	Saya tidak melibatkan peserta didik dalam mencari solusi- solusi permasalahan di keseharian yang sesuai dengan tahapan belajarnya.				
20	Saya tidak memanfaatkan proyek penguatan profil pelajar Pancasila untuk membangun karakter dan kompetensi peserta didik sebagai warga dunia masa depan.				
Evaluasi Pembelajaran					
21	Saya tidak menguatkan asesmen di awal pembelajaran				
22	Saya memberikan umpan balik berupa kalimat dukungan untuk menstimulasi pola pikir bertumbuh.				
23	Saya tidak melibatkan peserta didik dalam melakukan asesmen, melalui penilaian diri, penilaian antar teman, refleksi diri, dan pemberian umpan balik antar teman.				
24	Saya memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berefleksi tentang kemampuan mereka				
25	Saya merancang asesmen untuk mendorong peserta didik terus meningkatkan kompetensinya melalui asesmen dengan tingkat kesulitan yang tepat dan umpan balik yang membangun				
26	Saya tidak memikirkan tujuan pembelajaran pada saat merencanakan asesmen dan memberikan kejelasan pada peserta didik mengenai tujuan asesmen di awal pembelajaran				

27	Saya menggunakan teknik asesmen yang beragam sesuai dengan fungsi dan tujuan asesmen				
28	Saya menyediakan waktu dan durasi yang cukup agar asesmen menjadi sebuah proses pembelajaran dan bukan hanya untuk kepentingan menguji.				
29	Saya tidak menggunakan hasil asesmen untuk menentukan tindak lanjut pembelajaran				
30	Saya memberikan umpan balik secara berkala kepada peserta didik				
31	Saya tidak menyediakan waktu untuk membaca, menganalisis, dan melakukan refleksi hasil asesmen				
32	Saya menggunakan hasil asesmen sebagai bahan diskusi untuk menentukan hal-hal yang sudah berjalan baik dan area yang perlu diperbaiki				

PEDOMAN WAWANCARA UNTUK GURU SEKOLAH DASAR

Judul Penelitian : Pelaksanaan Pembelajaran Renang Sekolah Dasar di Kota

Yogyakarta

Kisi-Kisi Pedoman Wawancara untuk Guru Sekolah Dasar

Aspek	Pertanyaan
Pelaksanaan pembelajaran renang	<ol style="list-style-type: none">1. Bagaimana mekanisme pembelajaran renang bisa dilaksanakan di sekolah Anda?2. Bagaimana prosedur pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah Anda?3. Apakah sekolah memberikan dukungan terkait pelaksanaan pembelajaran renang disekolah Anda?4. Materi pembelajaran renang apa saja yang di sampaikan ke peserta didik?
Kendala	Apa kendala yang dihadapi selama mengajarkan pembelajaran renang di kolam renang?
Solusi	Bagaimana cara mengatasi kendala yang Anda alami selama proses pembelajaran renang?

Daftar pertanyaan wawancara

1. Apakah pembelajaran renang di sekolah Anda sudah terlaksana?
2. Apakah sekolah memberikan dukungan terkait pelaksanaan pembelajaran renang disekolah Anda?
3. Bagaimana mekanisme pembelajaran renang bisa dilaksanakan di sekolah Anda?
4. Bagaimana prosedur pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah Anda?
5. Apakah sekolah Anda mengajar terdapat fasilitas kolam renang?
6. Apabila tidak, bagaimana usaha Anda untuk melaksanakan pembelajaran renang?
7. Apakah materi pembelajaran renang di Sekolah Dasar Negeri Anda sudah sesuai di kurikulum?
8. Apabila ada, materi pembelajaran renang apa yang disampaikan ke peserta didik?
9. Apa kendala yang dihadapi selama mengajarkan pembelajaran renang di kolam renang?
10. Bagaimana cara mengatasi kendala yang Anda alami selama proses pembelajaranrenang?

PEDOMAN WAWANCARA UNTUK PENGELOLA KOLAM

Judul Penelitian : Pelaksanaan Pembelajaran Renang Sekolah Dasar di Kota

Yogyakarta

Kisi-Kisi Pedoman Wawancara untuk Pengelola Kolam Renang

Aspek	Pertanyaan
Pelaksanaan pembelajaran renang	<ol style="list-style-type: none">1. Bagaimana mekanisme supaya pembelajaran renang dari sekolah dasar bisa dilaksanakan di kolam renang ini?2. Bagaimana prosedur supaya pembelajaran renang dari sekolah dasar bisa dilaksanakan di kolam renang ini?3. Apakah kolam renang memberikan dukungan terkait pelaksanaan pembelajaran renang dilaksanakan oleh sekolah dasar?4. Fasilitas apa yang diberikan pengelola kolam sebagai penunjang kegiatan pembelajaran renang sekolah dasar?
Kendala	Apa kendala yang dihadapi sebagai tempat mengajarkan pembelajaran renang oleh sekolah dasar?
Solusi	Bagaimana cara mengatasi kendala yang dihadapi sebagai tempat mengajarkan pembelajaran renang oleh sekolah dasar?

Daftar Pertanyaan Wawancara

1. Apakah kolam ini digunakan untuk pembelajaran renang sekolah dasar?
2. Sekolah Dasar Negeri manakah yang mengadakan pembelajaran renang di kolam ini?
3. Sarana dan prasana apa saja yang tersedia di kolam renang ini yang mendukung pembelajaran renang untuk anak-anak sekolah dasar?
4. Bagaimana kondisi dan kualitas sarana dan prasarana kolam renang ini?
5. Bagaimana kerjasama antara pihak kolam renang dan sekolah dasar dalam melaksanakan pembelajaran renang?
6. Apakah ada kesepakatan atau perjanjian khusus dengan sekolah-sekolah dasar?
7. Bagaimana prosedur pelaksanaan pembelajaran renang untuk siswa sekolah dasar di kolam renang ini?
8. Apakah disediakan waktu khusus untuk melayani pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar?

Lampiran 4. Data Penelitian

No	Perencanaan Pembelajaran								Pelaksanaan Pembelajaran												Evaluasi Pembelajaran																Σ	Mean
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32						
1	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	78	2.44				
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81	2.53				
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	80	2.50				
4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	2.22				
5	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	78	2.44				
6	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	84	2.63				
7	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	76	2.38				
8	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	70	2.19				
9	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	84	2.63				
10	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	75	2.34				
11	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	79	2.47				
12	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	1	1	3	2	2	3	2	2	1	3	1	1	1	1	1	3	1	2	2	63	1.97				
13	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	82	2.56				
14	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	82	2.56				
15	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	1	1	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	66	2.06				
16	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	79	2.47				
17	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	92	2.88				
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	77	2.41				
19	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	1	3	2	1	1	1	2	2	62	1.94				
20	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	2.25				
21	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	1	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	2	3	3	1	2	63	1.97				

No	Perencanaan Pembelajaran								Pelaksanaan Pembelajaran												Evaluasi Pembelajaran																Σ	Mean
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32						
22	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	75	2.34			
23	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	81	2.53			
24	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	81	2.53			
25	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63	1.97			
26	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	67	2.09			
27	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	67	2.09			
28	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	76	2.38			
29	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	71	2.22				
30	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	78	2.44				
31	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	66	2.06				
32	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	2.25			
33	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	73	2.28				
34	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	87	2.72				
35	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	3	3	2	3	1	2	1	2	2	1	1	1	2	3	3	74	2.31				
36	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	67	2.09				
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	3	3	2	1	1	2	1	1	2	2	70	2.19				
38	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	1	1	3	2	3	2	2	2	3	3	72	2.25				
39	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	70	2.19				
40	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	62	1.94				
41	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	97	3.03				
42	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	3	61	1.91					
43	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	91	2.84				
44	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	75	2.34				

No	Perencanaan Pembelajaran								Pelaksanaan Pembelajaran												Evaluasi Pembelajaran												Σ	Mean
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
45	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	1	3	1	1	1	2	1	1	2	3	2	1	2	2	1	2	1	1	1	62	1.94
46	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	77	2.41
47	4	3	3	2	3	3	4	2	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	81	2.53
48	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	85	2.66
49	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	79	2.47
50	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	2	2	1	1	60	1.88
51	3	1	2	3	3	1	3	3	1	1	1	3	1	1	3	1	1	2	1	1	3	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	56	1.75
52	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	72	2.25
53	2	4	2	4	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	2.25
54	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	81	2.53
55	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	1	1	1	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	75	2.34
56	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	4	4	4	3	2	2	3	3	2	2	4	4	4	2	4	86	2.69
57	2	2	3	3	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	62	1.94
58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	4	2	1	3	2	2	2	3	83	2.59
59	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	4	81	2.53
60	2	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68	2.13
61	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	3	1	1	3	2	1	1	3	3	73	2.28
62	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	78	2.44
63	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	77	2.41
64	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	81	2.53
65	2	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	74	2.31	
66	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	69	2.16
67	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	88	2.75

No	Perencanaan Pembelajaran								Pelaksanaan Pembelajaran												Evaluasi Pembelajaran												Σ	Mean
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
68	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	4	2	3	1	3	1	1	1	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	3	1	1	1	73	2.28
69	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	79	2.47
70	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	81	2.53
71	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	3	2	2	3	3	3	2	2	4	2	4	2	87	2.72
72	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	1	1	1	2	3	1	3	1	1	3	1	2	1	2	3	1	1	63	1.97
73	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	83	2.59
74	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	79	2.47
75	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	3	1	3	2	2	2	2	1	2	1	3	1	3	1	3	65	2.03
76	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	88	2.75
77	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	61	1.91
78	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	1.84
79	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	81	2.53
80	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	3	2	1	1	2	3	3	3	1	3	3	77	2.41
81	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	78	2.44
82	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	82	2.56
83	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	60	1.88
84	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	73	2.28
85	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	1	1	3	3	3	2	1	1	3	2	1	1	2	2	72	2.25
86	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	1	2	66	2.06
87	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	2.25
88	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	82	2.56
89	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	89	2.78	
90	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	3	3	3	2	1	1	3	2	3	1	1	2	1	1	70	2.19

No	Perencanaan Pembelajaran								Pelaksanaan Pembelajaran												Evaluasi Pembelajaran																Σ	Mean
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32						
91	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	70	2.19			
92	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	86	2.69			
93	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	3	3	1	3	2	2	1	1	1	1	3	2	1	3	2	3	1	63	1.97				
94	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	81	2.53				
95	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	90	2.81				
96	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	79	2.47				
97	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68	2.13				
98	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	1	2	78	2.44				

Lampiran 5. Deskriptif Statistik

Statistics

		Pelaksanaan Pembelajaran Renang	Perencanaan Pembelajaran	Pelaksanaan Pembelajaran	Evaluasi Pembelajaran
N	Valid	98	98	98	98
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.34	2.56	2.33	2.21
Median		2.36	2.50	2.33	2.17
Mode		2.53	2.13 ^a	2.67	2.08
Std. Deviation		0.27	0.41	0.33	0.36
Minimum		1.75	1.75	1.42	1.33
Maximum		3.03	3.75	3.00	3.08
Sum		229.58	250.97	228.54	216.40

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Pelaksanaan Pembelajaran Renang

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.75	1	1.0	1.0	1.0
1.84	1	1.0	1.0	2.0
1.88	2	2.0	2.0	4.1
1.91	2	2.0	2.0	6.1
1.94	4	4.1	4.1	10.2
1.97	5	5.1	5.1	15.3
2.03	1	1.0	1.0	16.3
2.06	3	3.1	3.1	19.4
2.09	3	3.1	3.1	22.4
2.13	2	2.0	2.0	24.5
2.16	1	1.0	1.0	25.5
2.19	5	5.1	5.1	30.6
2.22	2	2.0	2.0	32.7
2.25	7	7.1	7.1	39.8
2.28	4	4.1	4.1	43.9
2.31	2	2.0	2.0	45.9
2.34	4	4.1	4.1	50.0
2.38	2	2.0	2.0	52.0
2.41	4	4.1	4.1	56.1
2.44	6	6.1	6.1	62.2
2.47	6	6.1	6.1	68.4
2.5	1	1.0	1.0	69.4
2.53	10	10.2	10.2	79.6
2.56	4	4.1	4.1	83.7

2.59	2	2.0	2.0	85.7
2.63	2	2.0	2.0	87.8
2.66	1	1.0	1.0	88.8
2.69	2	2.0	2.0	90.8
2.72	2	2.0	2.0	92.9
2.75	2	2.0	2.0	94.9
2.78	1	1.0	1.0	95.9
2.81	1	1.0	1.0	96.9
2.84	1	1.0	1.0	98.0
2.88	1	1.0	1.0	99.0
3.03	1	1.0	1.0	100.0
Total	98	100.0	100.0	

Perencanaan Pembelajaran

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.75	4	4.1	4.1	4.1
2	5	5.1	5.1	9.2
2.13	12	12.2	12.2	21.4
2.25	10	10.2	10.2	31.6
2.38	10	10.2	10.2	41.8
2.5	11	11.2	11.2	53.1
2.63	6	6.1	6.1	59.2
2.75	10	10.2	10.2	69.4
2.88	12	12.2	12.2	81.6
3	10	10.2	10.2	91.8
3.13	3	3.1	3.1	94.9
3.25	1	1.0	1.0	95.9
3.38	1	1.0	1.0	96.9
3.5	2	2.0	2.0	99.0
3.75	1	1.0	1.0	100.0
Total	98	100.0	100.0	

Pelaksanaan Pembelajaran

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.42	1	1.0	1.0	1.0
1.67	1	1.0	1.0	2.0
1.75	3	3.1	3.1	5.1
1.92	6	6.1	6.1	11.2
2	12	12.2	12.2	23.5
2.08	7	7.1	7.1	30.6

2.17	7	7.1	7.1	37.8
2.25	7	7.1	7.1	44.9
2.33	9	9.2	9.2	54.1
2.42	9	9.2	9.2	63.3
2.5	5	5.1	5.1	68.4
2.58	8	8.2	8.2	76.5
2.67	13	13.3	13.3	89.8
2.75	2	2.0	2.0	91.8
2.83	4	4.1	4.1	95.9
2.92	3	3.1	3.1	99.0
3	1	1.0	1.0	100.0
Total	98	100.0	100.0	

Evaluasi Pembelajaran

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.33	1	1.0	1.0	1.0
1.58	3	3.1	3.1	4.1
1.67	5	5.1	5.1	9.2
1.75	4	4.1	4.1	13.3
1.83	3	3.1	3.1	16.3
1.92	6	6.1	6.1	22.4
2	11	11.2	11.2	33.7
2.08	12	12.2	12.2	45.9
2.17	9	9.2	9.2	55.1
2.25	5	5.1	5.1	60.2
2.33	10	10.2	10.2	70.4
2.42	6	6.1	6.1	76.5
2.5	4	4.1	4.1	80.6
2.58	5	5.1	5.1	85.7
2.67	4	4.1	4.1	89.8
2.75	3	3.1	3.1	92.9
2.83	2	2.0	2.0	94.9
2.92	2	2.0	2.0	96.9
3	2	2.0	2.0	99.0
3.08	1	1.0	1.0	100.0
Total	98	100.0	100.0	

Lampiran 6. Hasil Wawancara

Transkrip Wawancara 1

Nama : Bapak Elias Carles Pandapotan Nainggolan, S.Pd.
Waktu wawancara : 26 Juli 2024
Lokasi wawancara : SD Negeri Lempuyangwangi, Kota Yogyakarta

Hasil Wawancara

Penulis : Selamat siang pak, sebelumnya saya ucapkan terima kasih karena sudah mau meluangkan waktunya untuk saya wawancarai sebagai salah satu narasumber dalam penelitian saya tentang pelaksanaan pembelajaran renang Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta. Dalam wawancara nanti saya akan memberikan beberapa pertanyaan, dimohon bapak dapat membantu menjawabnya ya pak, terima kasih.

Narasumber : Selamat siang mas, ya selagi saya bisa akan saya bantu menjawabnya.

Penulis : Ya pak, langsung saja untuk pertanyaan yang pertama apakah pembelajaran renang sudah di laksanakan disekolah lempuyangwangi ini ?

Narasumber : Yak terima kasih mas, untuk pembelajaran renang atau akuatik di SD Lempuyangwangi sudah kami berikan mulai dari kelas satu sampai enam. Namun pada kelas bawah kelas satu, dua, tiga, itu kami berikan materi secara teoritis. Untuk kelas empat, lima, enam itu kami berikan praktik. Mengapa itu terjadi, karena guru kelas bawah terkait materi renang yang akan disampaikan gurunya tidak menguasai pada saat praktiknya. Maka dari itu, saya sebagai guru kelas empat, lima, dan enam saya akan memberikan materi tersebut, agar nantinya mereka masuk SMP tidak terjadi ketinggalan materi yang sekolah lain berikan. Harapannya semua materi yang ada di modul ajar bisa saya

sampaikan termasuk renang atau akuatik itu sendiri.

Penulis : Itu berarti pelaksanaannya gimana ya pak? Satu semester berapa kali atau setiap bulan? Bisa disampaikan pak

Narasumber : Mohon maaf mas, begini. Jadi dalam CP/ATP itu pembelajaran renang atau akuatik berada di semester dua, tapi dalam semester dua tema renang itu hanya mencakup satu bulan. Lah ndak mungkin apabila anak-anak saya berikan materi renang setiap minggu. Karena itu maka saya bagi setiap bulan mulai dari semester satu sampai semester dua. Nanti yang kelas bawah kami berikan teori-teori dahulu, baru kemudian di kelas lima dan enam saya akan memberikan praktik setiap bulan sekali. Maka dari itu, dari 12 bulan yang ada kami bisa melaksanakan pembelajaran renang minimal 8 kali. Hal itu terjadi karena 12 bulan yang 2 bulan itu pas puasa dan libur idul fitri tidak memungkinkan untuk renang, yang satu bulan untuk ujian anak-anak begitu mas. Jadi saya menggunakan 8 kali pertemuan, inshaallah anak-anak itu bisa memiliki kemampuan renang dasar.

Penulis : Kemudian menurut bapak, apa dukungan sekolah terkait pembelajaran renang yang bapak rasakan?

Narasumber : Menurut saya dukungan dari sekola itu, satu mengizinkan usulan saya tentang pelaksanaan pembelajaran dipagi hari, maksudnya sudah masuk jam Pelajaran sekolah, itu bentuk wujudnya. Tapi kali terkait anggaran itu dikembalikan kepada siswa, karena apa? Anak itu hanya perlu membayar tiket masuk saja dan tidak perlu membayar biaya pelatih. Karena itu masik dalam efektif guru, maka kita sebagai guru juga harus mau mengajar materi tersebut.

Penulis : Tadi kan bapak sudah menjelaskan terkait dukungan sekolah apa saja yang diberikan, selanjutnya terkait mekanismenya. Bagaimana pak mekanisme pembelajaran renang ini bisa dilaksanakan disekolah ini? Tadi kan sudah bapak jelaskan diawali dengan meminta izin untuk melaksanakan kepada kepala sekolah,

apakah perlu dengan ijin tertulis atau surat menyurat? Atau untuk memperkuat ijin bapak itu ada pernyataan bahwa orang tua itu mendukung adanya pembelajaran renang?

Narasumber : Karena dalam modul ajar pembelajaran renang itu ada. Saya akan menyampaikan kepada kepala sekolah bahwa pembelajaran renang itu wajib ada. Bagi sekolah-sekolah yang tidak melaksanakan, ya monggo. Tapi alangkah sayangnya apabila di modul ajar ada, kalo dulu sibalus kalau bisa ya diberikan ke siswa, karena apa? Karena dalam aktivitas tersebut memberikan Gerakan multilateral untuk anak jadi semua aspek olahraga itu anak punya. Jangan sampai kalau anak-anak masuk SMP kok ga pernah dapet kegiatan ini. Dan kepala sekolah bisa menerima, jadi sudah! Apabila pembelajaran sudah dimulai ada surat atau ngendika kepada kepala sekolah saja sudah cukup, dengan alasan apabila kepala sekolah atau guru ada yang mencari siswa atau guru bisa menjawab. Anak ini atau guru ini sedang berada di kolam renang. Jadi pagi saya datang kemudian absen lalu bilang ke kepala sekolah atau guru yang piket bahwa saya ada pembelajaran renang di kelas ini.

Penulis : Tadi bapak sudah menjelaskan terkait mekanismenya bagaimana kok bisa diberi ijin melaksanakan pembelajaran renang pak, sekarang kita berpindah ke prosesnya atau prosuder pembelajaran renang yang bapak laksanakan. Bagaimana pak itu prosudernya?

Narasumber : Nah oke mas, jadi gini saya melaksanakan pembelajaran renang itu sudah sejak tahun 2012, sudah lama kan mas? Biasanya untuk prosedurnya saya meminta orang tua itu drop atau mengantar anaknya langsung ke kolam renang.

Penulis : Oooo jadi langsung ke kolam renang pak? Tidak Bersama-sama dari sekolah kemudian ada armada yang mengangkut siswa ke kolam renang?

Narasumber : Tidak mas tidak, jadi setelah orang tua mengantar ke kolam kemudian saya juga sudah berada di kolam, karena pembelajaran

itu mulai jam pertama jadi saya absen dulu ke sekolah lalu saya meminta tolong pak satpam untuk mengantar saya ke kolam. Begitu saya sudah sampai dikolam saya memperbolehkan anak-anak masuk. Untuk pembayarannya saya meminta tolong kepada ketua kelas untuk mengumpulkan uang tiket masuk dari teman-temannya Dimana tiket itu sejumlah Rp12.000 per anaknya yang kemudian uang itu akan diserahkan kepada saya di akhir pembelajaran, kenapa seperti itu? Karena saya juga ingin melatih rasa tanggung jawab dan mandiri dari anak-anak saya.

Setelah anak-anak masuk ke kolam, saya sudah memerintahkan apabila saya belum memperbolehkan masuk ke kolam, tidak boleh ada yang mendekat ke kolam bahkan menyentuh air! Anak-anak sudah siap nih ya mas, sudah di bariskan kemudian saya membuka pembelajaran, memberikan materi apa yang akan kita pelajari hari ini, dilanjutkan dengan pemanasan. Pemanasan saya bagi menjadi dua diatas dan di tepi kolam. Untuk diatas seperti biasa peregangan anggota gerak tubuh dari atas sampai bawah. Nah setelah selesai kemudian anak-anak saya suruh duduk di tepi kolam untuk melakukan pemanasan seperti menggerak-gerakan kaki, kaki gaya bebas atau nanti lainnya. Kaki anak-anak saya suruh lurus kemudian di gerak-gerakan.

Penulis : Sebentar pak menyela, itu anak-anak menggunakan kolam yang kedalaman berapa ya pak?

Narasumber : Oke mas, untuk kolam yang kami gunakan kolam dengan kedalaman 50 cm saja.

Penulis : Oh ya pak, jadi tidak terlalu dalam ya pak? Baik, bisa dilanjutkan untuk prosesnya tadi

Narasumber : Iya mas betul. Jadi setelah anak-anak melakukan pemanasan. Yang biasa saya ajarkan dulu itu adalah Gerakan kaki dulu mas bisa kaki gaya bebas, kaki gaya katak ataupun kaki gaya kupu. Pokoknya saya memberikan dari hal yang paling mudah dahulu ke

hal yang lebih komplek. Biasanya di kelas 5 itu saya berikan gaya bebas dan di kelas 6 itu gaya katak atau gaya dada. Setelah di tepi kolam, kemudian anak-anak saya suruh masuk nih, saya suruh anak-anak membasuh mukanya dulu, merendam badannya kedalam air nanti kalo sudah bisa kepalanya saya suruh masukan ke dalam air. Kalau ada anak yang belum berani masukan air biasanya saya suruh sambil menutup hidungnya kemudian baru memasukan kepalannya. Setelah itu anak-anak saya suruh pegang tepi kolam kemudian menggerakkan kaki lagi sampai suhu tubuh dengan suhu air bisa sama dengan cara seperti itu. Nah setelah itu baru kita arahkan kepada gaya yang akan kita berikan. Sebagai contoh, kelas 5 kita mulai dari gaya bebas. Mungkin dengan cara berpasangan salah satu memegang tangannya dan satu lainnya menggerakkan kakinya dari sisi sini ke sisi sana kemudian bergantian orang yang narik.

Penulis : Oo berarti berpasangan itu sebagai pengganti papan ya pak? Apakah setelah itu diakhir pembelajaran ada pendinginan juga pak?

Narasumber : Ada mas. Jadi contoh hari ini kita belajar meluncur, ya anak-anak mencoba meluncur apabila anak-anak yang belum bisa ya sambil berpegangan sama temannya tanpa melakukan Gerakan apapun hanya sikap badan meluncur tapi kalau anak yang sudah bisa ya mereka mencoba meluncur sendiri sampai ujung. Setelah anak-anak belajar meluncur maka kita tambah lagi dengan Gerakan tangan atau bisa ditambah Gerakan kaki. Biasanya saya menggunakan pertanyaan atau tantangan contohnya “siapa yang mau belajar atau mencoba Gerakan tangan atau kaki?” pertanyaan semacam itu dilakukan untuk memancing siswa agar mau melakukan atau penasaran mencoba Gerakan yang lebih sulit. Apabila ada anak yang sudah bagus, nah kita akan gunakan sebagai contoh “coba anak-anak liat! Kalian bisa melakukan Gerakan ini

tidak?” yasudah biarkan anak-anak melakukan. Setelah materi selesai anak-anak melakukan Gerakan pendinginan diatas.

Penulis : Setelah selesai pendinginan. Anak-anak kemudian bagaimana pak?

Narasumber : Kemudian anak-anak mandi mas, lanjut ganti seragam sekolah kemudian anak-anak jalan dari kolam renang menuju sekolah Bersama saya. Sampai di sekolah anak-anak langsung istirahat, bisa langsung jajan di kantin kebetulan kita punya kantin sehat juga. Terus setelah mereka selesai istirahat saya bilang ke guru kelas “Bu, anak-anak sudah siap untuk mengikuti pembelajaran berikutnya!”

Penulis : Sebentar pak, itu kan ada anak-anak jalan dari kolam ke sekolah ya pak? Apakah bapak juga meminta jam mata Pelajaran lainnya juga?

Narasumber : Oh tidak mas, saya menggunakan 4JP jatah jam Pelajaran olahraga saja. Jadi 3 JP itu saya gunakan untuk materi renangnya yang 1 JP saya gunakan untuk anak-anak mandi kemudian jalan ke sekolah dan anak-anak istirahat tanpa mengambil jam Pelajaran lainnya gitu.

Penulis : Oh iya pak hamper terlewatkan, berarti dengan kata lain tidak memiliki kolam renang ya pak?

Narasumber : Iya tidak mas, jadi kita memanfaatkan kolam renang terdekat dari sini yaitu di kolam renang umbang tirta yang ada di stadion kridosono, kita bekerja sama dengan mereka.

Penulis : Jadi tadi materi yang sudah bapak jelaskan untuk kelas atas ya pak? Kemudian untuk materi yang diberikan kelas bawah itu apaya pak?

Narasumber : Iya mas, karena saya memegang kelas atas. Untuk kelas bawah sendiri biasanya materinya berupa teori berenang. Biasanya kita tampilkan tentang pengenalan air, alat-alat yang digunakan melalui tayangan video bisa juga berupa gambar-gambar. Sama itu mas,

biasanya kita tayangkan video anak luar negeri yang dicemplungin dan tidak takut bahkan berani. Nah tayangan seperti itu kita gunakan untuk memotivasi siswa agar mau berenang.

- Penulis : Ya ya pak, nah kalau untuk kelas 5 dan 6 itu materinya apa pak?
- Narasumber : Ya itu tadi mas, untuk kelas 5 ya saya berikan gaya bebas dan yang kelas 6 biasanya saya berikan gaya dada
- Penulis : Berarti hanya dua gaya saja ya pak?
- Narasumber : Iya mas hanya 2 gaya saja, karena itu merupakan gaya-gaya dasar dalam berenang, supaya mereka mengerti. Sedangkan untuk Tingkat lanjut ya gaya kupu dan gaya punggung, biasanya saya arahkan anak-anak ke klub saja. Jadi minimal kalau masuk SMP mereka punya kemampuan dasar 2 gaya tadi, supaya kalau masuk SMP mereka memiliki rasa PD.
- Penulis : Oo begitu pak, yaya. Selanjutnya dalam mengajarkan pembelajaran renang kendala apa saja yang dialami bapak?
- Narasumber : Kendalanya banyak mas yang saya alami selama mengajar, tentunya yang pembelajaran renang ini. Itu kendalanya itu satu dari siswa, banyak dari orang tua merasa anaknya jangan berenang, karena ya itu ketakutan orang tua ya mas. Yang kedua dari apa Namanya dari fasilitas wong kita melatih juga tidak dibayar, wong kita meminta fasilitas untuk membelikan papan saja itu tidak terbeli. Padahal saya Ketika saya mengajar di sekolah lain tidak usah kita minta papan itu sudah di sediakan, jadi memang siswa yang sekarang ini untuk membeli papan susah sekali. Mungkin ini ya mas karena adanya jalur zonasi, karena anak yang di sekitaran code ini merupakan orang-orang yang menengah kebawah. Jadi saya mengejar mereka itu pengennya supaya mereka itu tidak ketinggal, tapi kalau mereka ingin ke Tingkat lanjut ya berat. Itu kendala sekali. Terus ini Ketika kemampuan anak itu mampu dan saya suruh ikut ke klub, mereka orang tua respon atau

- support padahal harusnya mampu mengikuti kejuaraan. Tapi ada juga anak yang mampu , kemarin sampai mewakili O2SN Provinsi.
- Penulis : Yaya pak jadi seperti itu kendalanya ya pak? Oh iya tadi masih penasaran sama anak-anak yang jalan untuk balik kesekolah. Apakah ada orang tua juga yang ikut mendampingi saat jalan menuju ke sekolah?
- Narasumber : Kadang-kadang iya, kadang-kadang tidak tapi banyak tidaknya soale orang tua terus pada berangkat bekerja kan ya mas.
- Penulis : Bearti anak hanya di drop di kolam lalu ditinggal pulang begitu saja pak?
- Narasumber : Iya betul mas, pokoke wong tuone pasrah bongkokan karo gurune. Maksud saya menyuruh dan menemani anak-anak berjalan ke sekolah itu agar mereka juga belajar mandiri dan tanggung jawab kepada dirinya masing-masing. Selain itu saya juga sudah berumur sudah tua umur 51 tahun, biar sekaligus melakukan gerak karena orang paling tidak sehari bisa berjalan minimal 6.000 langkah mas untuk menjaga kebugaran saya.
- Penulis : Terus gini pak, tadi kan bapak sudah menjabarkan tentang kendalanya ada berupa ketakutan orang tua dan fasilitas dari orang tua. Nah itu bagaimana cara bapak mengatasi kendala tersebut?
- Narasumber : Kalau saya seumpama seperti kendala yang pertama ketakutan dari orang tua, biasanya pertemuan pertama saya izinkan untuk tidak ikut tetapi yang kedua saya akan memberikan pengaruh kepada temannya yang sudah bisa dan sudah senang. Saya mengajarkan kepada anak-anak dan memberikan kepada yang takut tadi itu dengan cara apa? “Asiik lo!!” dengan cara membuat foto apa video saat keasikan mereka berada di air lalu saya kirim kan di grup.
- Penulis : Berarti untuk memancing anak-anak yang tidak di bolehkan tadi itu ya pak?
- Narasumber : Nah iya mas betul, ho’o untuk mancing. Akhirnya di pertemuan

selanjutnya anak diperbolehkan untuk ikut berenang. Ternyata besok orang tua ngomong “woo ternyata enak e, gurunya ora mung ngomong tapi juga mau ikut turun ke kolam e” nah gitu kan mas. Jadi saya ya ikut turun juga mas, jadi mereka juga tidak akan takut tenggelam. Jadi dalam pembelajaran saya mementingkan anak yang belum bisa daripada yang sudah bisa.

Kemudian yang kedua masalah tadi fasilitas tadi, jadi saya hanya apa ya? Mungkin memberikan motivasi dan mudah mudahan orang tuanya bisa memberikan keyakinan dan mau untuk melanjutkan. Tapi kecil sekali itu, sulit.

Penulis : Berarti fasilitas yang di maksud itu papan ya pak? Makanya tadi bapak menjelaskan kalo anak-anak ditarik oleh teman lainnya sebagai ganti papan gitu pak?

Narasumber : Ho’o mas, jadi ya seperti itu mau gimana lagi.

Penulis : Kalau kacamata seperti itu gimana pak? Sudah pada punya?

Narasumber : Ohh kalau itu bisa mas, baju renang mereka juga sudah ada kok. Kalau peralatan yang sifatnya tidak mutlak seperti papan gitu “Yo arep nggo ngopo? Kalau dirumah ada” kalau seperti kacamata dan baju renang kan bisa digunakan kalau lagi pada main air kemana sama keluarga atau saudara gitu mas.

Penulis : Sama ini pak, kalau pembelajaran renang gitu bapak sendiri yang melatih atau mengambil dari luar pelatihnya?

Narasumber : Iya mas saya sendiri yang melatih tidak ada pelatih dari pihak luar. Ya bagaimana mas sekolah kan tidak ada anggaran untuk itu mas. Karena saya berpikir gini mas ilmu yang kita peroleh mari kita sebarkan kea nak didik kita Cuma itu aja.

Penulis : Mungkin itu pak beberapa yang saya tanyakan. Oh iya pak, dulu bapak pernah bilang kalau bapak menjadi ketua KKG PJOK SD di Kota Yogya ini ya pak?

Narasumber : Iya mas betul, saya jadi ketua KKG PJOK SD. Tepatnya SD Yogya bagian utara mas

Penulis : Sekarang bapak posisinya sebagai Ketua KKG SD nih ya pak? Sepengetahuan bapak di Yogyakarta ada berapa SD pak?

Narasumber : Kalau di Jogja utara sendiri di kecamatan ini ada 5 SD mas tapi kalau seluruh Jogja itu ada 60 SD mas

Penulis : Nah itu, ini porsinya bapak sebagai ketua KKG PJOK SD, menurut bapak bagaimana pembelajaran renang di SD Kota Yogyakarta ini pak?

Narasumber : Wahhh kalau pembelajaran renang atau akuatik di SD Kota Yogyakarta banyak yang gak jalan mas.

Penulis : Yang jalan hanya mana pak?

Narasumber : Yang jalan hanya sekolah yang betul-betul gurunya punya etika untuk mengajarkan semua olahraga. Tidak semua sekolah mau seperti itu soalnya. Contoh disini sekolah, SD Ungaran ada (renang), SD Serayu ada (renang), SD Bhayangkara nggak jalan.

Penulis : Padahal SD Bhayangkara kalau di lihat jaraknya tidak jauh ya pak ya? Utara balai yasa kan?

Narasumber : Iya mas itu tidak jauh kalau mau ke kolam renang. Sekolah mereka tidak mampu. Terus manalagi ya yang dekat dengan kolam umbang tirta itu ya gak pada jalan.

Penulis : Berarti masalah utama bukan tidak adanya fasilitas kolam ya pak?

Narasumber : Bukan mas, tapi Kembali ke SDM gurunya mau mengajarkan atau tidak. Contoh SD Bhayangkara gurunya itu bisa mengajarkan wong dia juga seorang pelatih diluar. Tapi ya gitu mungkin berfikir, aku kalau ngajar di SD tidak dapat apa-apa. Kembali kesitu, saya selalu bersyukur ilmu-ilmu yang berikan selama disini yang tidak dibayar ini, saya akan menuai hasilnya diluar mas seperti pada saat saya O2SN mendampingi anak-anak di Ragunan ada seorang TNI yang menghampiri saya dan tanya ke saya. Ternyata dia bilang kalau dia adalah siswa saya saat SD dulu, dia bilang berkat bapak dahulu mengajarkan berenang saya bisa jadi TNI seperti sekarang. Nah hal seperti itu salah satu kebanggaan buat diri saya.

Transkrip Wawancara 2

Nama : Bapak Kholid, S.Pd.

Waktu wawancara : 29 Juli 2024

Lokasi wawancara : SD Negeri Ungaran 1, Kota Yogyakarta

Hasil Wawancara

Penulis : Selamat pagi bapak, mohon maaf mengganggu waktunya. Sebelumnya saya ucapkan terima kasih karena sudah mau meluangkan waktu bapak untuk saya wawancarai. Jadi begini pak, saat ini saya sedang menyelesaikan tesis saya tentang pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar negeri di Kota Yogyakarta dari beberapa informan yang saya pertimbangkan, bapak adalah salah satu informan yang cocok untuk mendukung penelitian saya. Maka dari itu saya mohon ketersediaan bapak untuk saya wawancarai

Narasumber : Pagi juga mas, oh begitu oke mas saya bantu semampu saya ya

Penulis : Terima kasih pa katas bantuannya, sebelum ke pertanyaan inti. Boleh tahu nama dan tugas bapak di SD Ungaran ini apa?

Narasumber : Kita santai saja ya mas ya, oke. Perkenalkan nama saya Pak Khalid saya disini sebagai guru olahraga. Kebetulan saya juga sudah PPPK , baru saja kemarin.

Penulis : Sudah berapa lama pak ngajar disini? Apa baru kemarin setelah diterima PPPK?

Narasumber : Wah baru mas, dari tahun 2013. Berarti berapa itu mas?

Penulis : Yasudah lama pak, 11 tahun itu tidak baru pak, sudah lama itu mengajarnya. Ini kita beralih ke wawancara saja ya pak?

Narasumber : Oke boleh mas

Penulis : Pak, apakah disini pembelajaran renang sudah dilaksanakan?

Narasumber : Renang yang pagi apa sore mas?

Penulis : Maksudnya pagi atau sore itu gimana pak?

Narasumber : Jadi disini ada dua mas, pagi dan sore. Kalau pagi itu pas jam Pelajaran tapi kalau sore itu ekstrakurikuler.

- Penulis : Berarti yang pagi saja pak, yang masuk kedalam intrakurikuler pak.
- Narasumber : Ya mas, kalau renang pagi sudah dilaksanakan mas. Malah dari sebelum saya mengajar disini tapi ya belum konsisten tapi sudah dilaksanakan. Kemudian tahun 2013 saya disini, istilahnya saya *ngopeni* itu. Saya perjuangkan dan hasil ya sekarang ini, materi renang itu wajib bagi seluruh siswa disini mas.
- Penulis : Luar biasa ya pak perjalanannya sampai titik ini. Nah, untuk bisa melaksanakan renang itu bagaimana ya pak mekanismenya? Supaya bisa di perbolehkan? Mungkin dari sisi sekolah, sisi orang tua, dan administrasi pelengkap bisa dijelaskan pak!
- Narasumber : Kalau SD Ungaran mungkin satu-satunya SD Negeri yang melaksanakan pembelajaran renang pagi atau akuatik pagi. Itu masing-masing kelas satu bulan sekali, jadi disini ada 24 kelas sekali berangkat itu ada 2 kelas, jadi total pertemuannya ada 12 kali pertemuan dalam satu bulan, jadi ya satu anak mendapatkan renang sekali dalam satu bulan. Untuk jamnya sendiri itu mengikuti jam olahraga dari jam 7 sampai jam 9 pagi. Seumpama ada kelas yang jam olahraganya mulai jam 9 otomatis akan dimajukan jadi jam 7 khusus untuk materi renang, jadi lebih diutamakan pagi untuk materi renang. Kemudian saat pembelajaran kami di bantu oleh empat pelatih dari luar.
- Penulis : Oh meminta bantuan pelatih luar juga to pak? Saya kira dari guru Ungaran saja
- Narasumber : Tidak mas, kita sudah Kerjasama dari lama terkait pelatih dari luar tersebut, kira-kira sudah 10 tahun lebih itu mas.
- Penulis : Oke oke pak, pelatih tersebut darimana pak? Dari pengelola kolam kah atau dari klub renang?
- Narasumber : Biasanya kita ambil dari purnawirawan petugas kolam itu mas, karena kita juga sudah lama kerjasamanya. Pertimbangan lain memilih mereka , karena mereka sudah sangat hafal sekali dengan

medan kolam renang umbangtirto untuk meminimalisir resiko yang terjadi.

Penulis : Ya pak, itu untuk pelatih ya pak. Untuk mekanisme pembayaran itu bagaimana pak?

Narasumber : Pembayaran itu nanti dari orang tua mas, jadi orang tua membayar sebulan sekali. Biasanya satu semester itu ada 4 kali pertemuan pembelajaran renang. Satu anak itu membayara Rp20.000 untuk sekali pertemuan, itu sudah termasuk masuk kolam dan untuk membayar pelatih yang dari luar. Biasanya pembayara itu dilakukan selama satu semester sekali melalui forum orang tua. Nah uang dari pembayaran itu nanti kita bantu kelola untuk membayar tiket masuk kolam, membayar pelatih, penambahan peralatan renang, seperti beli fince, beli papan, saya rasa sekolah ini tentang peralatan bisa mengalahkan klub renang mas.

Penulis : Oh jadi begitu ya pak untuk teknis pembayaran, bisa saling bantu membantu antar orang tua dan guru olahraganya. Itu kok bisa mengalahkan klub bagaimana pak?

Narasumber : Ya total fince kita kurang lebih ada 90 pasang, terus papan 100 buah itu ada sepertinya. Selain untuk pembelian peralatan apabila ada dana yang sis aitu bis akita gunakan untuk mensubsidi anak-anak yang mengikuti O2SN apabila sekolah tidak ada anggaran untuk itu. Oh iya sama ini mas, kita juga beri upah ke satpam juga karena kita juga butuh bantuan satpam untuk membantu pengkondisian saat menyebrangkan anak menuju ke kolam.

Penulis : Tertkait mekanisme pembayaran seperti yang dijelaskan tadi ya pak. Kemudian untuk kaitannya kepada sekolah apakah ada administrasi yang harus dipenuhi pak?

Narasumber : Kalau hal itu, kami sudah berdiskusi dengan kurikulum mas, karena ini pembelajaran renang sudah lama dan ternyata peminatnya banyak, orang tua juga mendukung. Makanya pembelajaran renang ini di SD Ungaran sudah masuk kurikulum

pembelajaran, bahkan diwajibkan mas.

Penulis : Berarti itu mulai dari kelas bawah hingga kelas atas juga melaksanakan pak?

Narasumber : Iya mas dari kelas satu sudah ada renang sampai kelas enam. Nanti untuk kelas enam biasanya ada ujian akhirnya mas.

Penulis : Bentuknya apa pak ujiannya? Renang gaya kah?

Narasumber : Bagi yang bisa boleh dengan gaya mas, karena kita pembelajaran ya mas jadi tidak fokus ke gayanya tapi fokus kita Dimana anak itu tidak tenggelam saat diair itu sudah bagus mas. Jadi ujiannya nanti anak disuruh berenang dari ujung sini ke ujung sana sekitar 15 meter lah Panjang. Tidak perlu menggunakan gaya yang pentigsampai saja, walaupun pakai gaya juga akan lebih bagus. Maka dari itu SD Ungaran tidak pernah libur untuk menyumbang atlet pada saat O2SN atau event olahraga lainnya, hanya saat covid itu menurun dikarenakan kolam banyak yang tutuup. Anak-anak yang sudah bagus-bagus biasanya kita arahkan ke klub supaya bisa berprestasi tapi kalau hanya yang minat saja kita arahkan ke ekskul mas.

Penulis : Bagus sekali ya pak, memang SD Ungaran beda, mau memperjuangkan pembelajaran renangnya. Kemudian, apakah ada Kerjasama dengan kolam pak?

Narasumber : Tentu ada mas, kita sudah MOU sejak lama dengan kolam. Kita juga mendapatkan keuntungan biasanya harga tiket masuk dapet potongan karena kita rombongan juga ya dan sudah rutin melaksanakan renang.

Penulis : Oh iya pak, tad ikan bapak bilang kalau semua kelas di SD Ungaran itu ada pembelajaran renang. Apakah semua guru juga mengajarkan renang atau hanya bapak saja?

Narasumber : Iya mas semua guru mengajarkan renang, ya ikut ngajari dikolam juga, karena memang di kurikulum sudah tertera jadwalnya pembelajaran renang.

- Penulis : Berarti guru olahraga disini bisa berenang semua pak?
- Narasumber : Ya mau enggak mau harus bisa berenang, karena ini pembelajaran juga sudah berjalan sejak lama. Anak-anak juga senang dengan pembelajaran ini banyak manfaatnya juga, jadi kenapa kok guru tidak mengajarkan? Ya harus bisa mengajarkan renang guru olahraga disini.
- Penulis : Tadi bapak bilang pembelajaran renang itu mulai dari kelas satu sampai kelas 6 ya pak. Materi apa saja yang diajarkan mulai dari kelas satu sampai kelas enam itu? Bisa di jelaskan pak!
- Narasumber : Jadi untuk materinya sendiri di kelas bawah itu atau kelas 1 dan 2 itu biasanya kita berikan pengenalan air dan meluncur mas. Jadi kita tidak punya target anak-anak bisa ini itu yang terpenting anak itu bisa memasukan kepala ke air, menggerakkan anggota tubuhnya diair, jalan ke timur-barat dan harapannya di kelas 2 itu semua bisa meluncur mas. Kemudian di kelas 3 sampai enam itu kita berikan secara bertahap untuk gayannya biasanya mulai dari gaya bebas dulu nanti kalau sudah bisa ditambah dengan gaya dada, intinya bisa dua gaya dulu. Tapi anak-anak itu kan kemampuannya berbeda ada yang kelas 3 sudah bisa 2 atau 3 gaya jadi nanti kita menyesuaikan asal anak tidak tenggelam saja. Jadi dalam satu pembelajaran kita kelompokkan berdasarkan kemampuannya, ada ada 5 pelatih nih mas 4 pelatih dari luar dan 1 guru olahraga. Nah itu nanti tiap pelatih ada kelompoknya masing-masing berdasarkan kemampuannya. Jadi seperti klub begitu lah mas. Harapan utamanya setelah lulus dari SD Ungaran anak itu bisa berenang saja. Tapi mayoritas di kelas 4 itu mereka sudah bisa 3 gaya, bebas, katak, punggung. Untuk kupu-kupu bonus aja bagi yang sudah bisa 4 gaya renang.
- Penulis : Sudah bagus juga ya pak terkait materi pembelajaran dan dari kemampuan siswa sendiri. Kemudian proses pembelajarannya itu

bagaimana pak? Mulai dari awal hingga Kembali kesekolah pak, bisa dijelaskan!

Narasumber : Baik mas, bias any siswa itu nanti kumpul disekolah dahulu jam 7 kemudian kita bariskan dan kita hitung jumlah anak yang datang. Setelah siap semuanya kita mulai berjalan ke kolam sekaligus kita mengajak satu satpam untuk membantu penyebrangan anak-anak. Setelah sampai kolam anak-anak kita siapkan kemudian berganti pakaian renang. Setelah itu anak-anak melakukan pemanasan, biasanya kami menunjuk 2 atau 3 anak untuk memimping di damping guru dan pelatih. Setelah pemanasan anak-anak dibagi kekolompoknya masing-masing sesuai dengan kemampuannya, pembelajaran inti satu jam dari jam 07.30 – 08.30 WIB. Pembelajaran inti selesai anak-anak kita persilakan mandi dan jajan kurang lebih 20 menit. Setelah itu kita Kembali ke sekolah dengan jalan kaki dan dibantu satpam lagi.

Kelas 1 itu biasanya ada beberapa orang tua yang mendampingi hanya satu sampai lima anak sajamungkin yang seperti itu, yak arena mereka ada yang belum bisa mandi sendiri atau pakai baju sendiri. Tetapi kalau sudah 3 atau 4 kali pertemuan biasanya mereka sudah lepas dari orang tuanya, terkadang mereka malu kalau malah di tunggu orang tuanya. Ini juga kita ajarkan karakter mandiri dan disiplinnya mereka, agar tertanam sejak dini.

Penulis : Tadi kan kita sudah ngobrol terkait dengan mekanisme dan pembelajaran ya pak. Terkait kendala yang dialami dalam pelaksanaan pembelajaran renang sendiri itu apa saja pak?

Narasumber : Kalau kendala itu sebenere gini mas, ya pada gurunya juga sih mas karena guru disini yang dua dasarnya voli dan yang satu itu dasarnya sepakbola yang full di air itu ya cuma satu mas. Jadi mau tidak mau ya harus tetep belajar, harus dipaksa karena ritmenya di SD Ungaran seperti ini yang mewajibkan pembelajaran renang ya mereka ya harus belajar gitu aja sih mas. Kemudian terkait orang

tua itu gini, ya karena di sekolah renang diwajibkan ada satu dua orang tua itu yang tidak memperbolehkan anaknya untuk berenang. Mereka berpikiran kalo renang bareng itu airnya kotor, kalau renang itu bikin pilek. Ya hal-hal seperti itu biasanya dari orang tua yang tidak memperbolehkan anaknya. Kemudian kalau masalah pembayaran sih, saya rasa 99% mereka tidak keberatan mas, ya satu dua anak ada yang tidak membayar tapi ya tidak papa masih bisa di tutup oleh siswa yang lainnya, itu juga tidak setiap kelas ada.

Penulis : Jadi yang cukup menjadi kendala itu hanya dari kemampuan gurunya ya pak? Oh kalau dari sisi peralatan adakah kendala pak?

Narasumber : Iya mas paling dari gurunya saja. Kalau peralatan kita aman mas, fince ada 90 an, papan ada 100an sama ada beberapa pelampung punggung juga. Kita setiap tahunnya selalu *upgrade* alat mas, pokoknya melebihi klub lah. Pengadaan alat itu ya karena hasil dari manajemen kami sehingga bisa disalurkan menjadi apa saja. Orang tua juga merasa puas dengan pembayaran segitu mendapatkan fasilitas seperti alat yang lengkap saya rasa mereka puas dengan adanya pembelajaran renang ini mas.

Penulis : Hebat memang pak, dengan adanya peralatan yang lengkap tersebut, pantas saja kalau SD Ungaran sering mencetak bibit unggul dalam renang.

Narasumber : Iya mas memang, kami tidak pernah absen mengirimkan anak kami ke event event olahraga Tingkat SD itu.

Penulis : Baik pak mungkin untuk wawancara kali ini saya rasa cukup, terima kasi bapak Khalid sudah mau meluangkan waktunya membantu saya, sharing banyak hal terkait pembelajaran renang di SD Ungaran. Semoga kebaikan bapak dibalas dengan hal yang setimpal ya pak ya.

Narasumber : Iya mas sama sama, semoga ini tadi bisa sedikit membantu mas untuk menyelesaikan penelitiannya.

Transkrip Wawancara 3

Nama : Ibu Arum Ika Ratnasari

Waktu wawancara : 29 Juli 2024

Lokasi wawancara : Kolam Renang Umbangtirto, Kota Yogyakarta

Hasil Wawancara

Penulis : Terima kasih untuk waktunya mbak arum perkenalkan nama saya Tomi dari mahasiswa S2 penjas UNY. Saat ini saya bertujuan untuk mengambil data di Kolam renang umbangtirto untuk menyelesaikan penelitian saya yang itu berjudul pelaksanaan pembelajaran renang sekolah dasar di Kota Yogyakarta. Jadi nanti mohon bantuannya mbak arum untuk bisa membantu menjawab pertanyaan.

Nama lengkapnya siapa mbak *jenengan*?

Narasumber : Nama saya Arum Ika Ratnasari

Penulis : Disini sebagai apa mbak?

Narasumber : Saya disini sebagai supervisor administrasi dan keuangan

Penulis : Untuk pertanyaan pertama mbak, ada sekolah dasar negeri mana saja mbakyang melakukan pembelajaran renang di kolam umbangtirto ini mbak?

Narasumber : Kalau untuk negeri itu ada SD Ungaran itu yang konsisten, terus ada SD Lempuyangwangi sama ada SD Serayu tapi itu tidak sering sih mas. Kebanyakan disini malah bukan negeri kayak swasta dan Muhammadiyah gitu mas. Tapi ada beberapa SD Negeri juga yang kesini tapi hanya satu tahun Pelajaran sekali biasanya di akhir semester gitu hanya untuk main atau refreshing anak-anaknya.

Kalau SD Ungaran dan SD Lempuyangwangi itu sering mas, malah dari yang kelas satu sampai kelas 6 yang jelas itu SD Ungaran konsisten kesini mas.

Penulis : Oh berarti yang dari kelas satu sampai enam itu hanya SD Ungaran dan SD Lempuyangwangi ya mbak ya. Berarti itu untuk pembelajaran, bukan untuk *refreshing* saja ya mbak?

- Narasumber : Iya mas , kalau 2 SD tadi memang untuk pembelajaran, kalau yang lainnya hanya satu tahun ajaran sekali mas.
- Penulis : Selanjutnya mbak, ada sarana dan prasarana apa saja guna menunjang pembelajaran SD yang melaksanakan pembelajaran di kolam ini mbak?
- Narasumber : Ya kalo sarprasnya ya adanya kolam sih mas, sama ada kamar mandi, tempat bilas, area penunggu, seperti itu saja.
- Penulis : Kolamnya ada berapa mbak itu?
- Narasumber : Kolamnya ada 3 mas, ukurannya itu 0,5 meter, terus 0,75 meter, dan satunya itu yang besar 1-3 meter jadi itu kedalamannya miring mas dengan Panjang 33 meter sekian mas
- Penulis : Kondisi sarana prasarananya apakah selalu dijaga mbak?
- Narasumber : Iya mas selalu, alhamdulillah untuk airnya 2 minggu sekali kita lakukan pengurasan. Di kolam kita memang selalu kita jaga kualitas airnya dikarenakan itu memang keunggulan dari kolam kita daripada kolam yang lainnya.
- Penulis : Jadi kondisi air apabila digunakan untuk anak kelas 1 sampai 6 aman ya mbak?
- Narasumber : Iya mas, insyaallah aman mas.
- Penulis : Kita beralih Kerjasama mbak, apakah ada Kerjasama dengan SD Negeri di daerah sini mbak? Khususnya untuk kedua SD tadi (SD Ungaran dan SD Lempunyangwangi), yang bergerak apakah pihak kolam dahulu atau pihak sekolah yang datang kesini begitu.
- Narasumber : Ya kalau di awal kita yang bergerak dulu kesekolah menawarkan kolam, tapi untuk sekarang ini karena sudah berjalan ya dari pihak sekolah yang komunikasi ke kita mas. Apalagi yang sudah hafal dengan saya biasanya tinggal datang kesini atau bisa melalui pesan *whatsapp*.
- Penulis : Berarti sekolah-sekolah yang ingin pesan menggunakan kolam untuk pembelajaran menghubungi via *whatsapp* saja ya mbak?
- Narasumber : Iya mas begitu, nanti tinggal bilang saja mau menggunakan kolam

- pada hari apa, jam berapa. Kemudian nanti kita tuliskan di papan jadwal yang ada didepan itu mas. Jadi sudah terjadwal dengan baik agar tidak terjadi *crowded* atau penumpukan yang makai.
- Penulis : Dalam satu kali jadwal pemakaian, tadi saya liat sepertinya hanya satu jam pemaikain ya mbak, itu berapa anak mbak?
- Narasumber : Oh iya mas, kita menjadwalkannya dipapan waktunya memang perjam tapi kalau menggunakan lebih dari satu jam bisa. Jadi disini kita bagi menjadi beberapa kategori ada umum, lainnya dan rombongan, nah kalau 1 rombongan itu terdiri dari 30 anak dan batas kita selama satu jam itu hanya Narasumber0 anak atau 3 rombongan mas. Itu kita terapkan agar tidak terlalu ramai dan pengguna kolam yang lainnya tetap nyaman menggunakan kolam. Setiap jam itu nanti petugas kita ada yang menyalakan bel sebagai tandai apabila sudah ganti jamnya mas.
- Penulis : Oh jadi seperti itu ya mbak mekanismenya dikolam. Untuk biaya sendiri berapa ya mbak dari setiap kategori tadi?
- Narasumber : Biayanya itu yang umum Rp12.000, kemudian lainnya itu juga Rp12.000 maksudnya lainnya itu rombongan juga tapi penggunaannya sebelum jam 10. Kemudian rombongan sendiri itu satu rombongan terdiri 30 anak itu bayarnya Rp350.000 sudah kami kasih *free* 2 untuk guru dan pelatih mas, itu yang sudah terjadwal di depan itu.
- Penulis : Oke baik mbak, jelas. Di kolam umbangtirto keamanannya bagaimana ya mbak ?
- Narasumber : Disini kami ada 1 petugas keamanan saja mas, tapi petugas lainnya juga bisa membantu seperti petugas kebersihan juga, mereka juga bisa berenang dan biasanya sudah kami pesani apabila ada sesuatu hal dapat membantu, khususnya terkait keamanan perenang.
- Penulis : Mbak sepengetahuan mbak bagaimana proses pembelajaran yang di lakukan sekolah negeri itu? Mulai dari berangkat sampai sini

kemudian proses pembelajaran dan sampai akhir meninggalkan kolam.

Narasumber : Jadi kalau yang biasa saya amati itu ya dari SD Lempuyangwani sama SD Ungaran itu mas. Biasanya mereka berangkat dari sekolah jalan kaki kemudian sampai sini, sebelum anak-anak masuk biasanya kami hitung dulu ada berapa anak nih yang masuk, setelah itu mereka masuk Bersama gurunya kemudian ganti pakaian. Terus pembelajarannya mulai diawali dengan pemanasan apa ya itu mas, terus baru pada masuk ke kolam. Biasanya ada beberapa orang tua yang menemani ikut masuk juga. Selasai renang , anak-anak itu mandi terus pada jajan, kemudian anak-anak Kembali kesekolah jalan kaki juga Bersama gurunya.

Penulis : Saat pembelajaran apa ada pelatih dari luar mbak yang membantu?

Narasumber : Kalau SD Ungaran itu ada pelatih dari luar, Kalau yang SD Lempuyangwani itu gurunya saja ikut masuk kekolam.

Penulis : Pembayarannya anak-anak itu dilakukan satu-satu oleh siswanya apa kolektif di akhir mbak?

Narasumber : Kita kolektif mas diakhir biasanya gurunya yang memberi ke kita. Soalnya nanti kalau ada yang terlambat tetepa terhitung masuk begitu mas. Kita sama sama enak saja mas, gurunya enak kita juga enak mas, jadi mending di akhir saja kemudian kita akan buat kwitansinya.

Penulis : Mungkin itu dulu saja mbak yang saya tanyakan, terima kasih atas waktunya. Jadi saya disini hanya mengkroscek saja apakah benar SD Negeri tersebut itu memang melakukan pembelajarn disini

Narasumber : Oh ya mas, sama sama mas

Lampiran 7. Modul Ajar PJOK SD

MODUL AJAR

PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN



Fase C - Kelas V

Disusun Oleh:

Elias Carles Pandapotan Nainggolan, S.Pd

NIP.197412242008011004

SEKOLAH DASAR NEGERI LEMPUYANGWANGI
JL. HAYAM WURUK NO. 9, TELP. 589465, TEGAL PANGGUNG,
DANUREJAN, YOGYAKARTA
TAHUN 2022/2023

MODUL AJAR PJOK

I. INFORMASI UMUM

A. IDENTITAS MODUL

Nama Penyusun	: Elias Carles Pandapotan Nainggolan, S.Pd .
Nama Sekolah	: SD Negeri Lempuyangwangi
Tahun Penyusunan	: 2022
Modul Ajar	: PJOK
Fase/Kelas	: C/V
Alokasi Waktu	: 12 JP x 35 menit (3 pertemuan)

B. KOMPETENSI AWAL

1. Peserta didik telah memiliki pengetahuan tentang dasar-dasar aktivitas olahraga renang.

C. PROFIL PELAJAR PANCASILA

Pada kegiatan pembelajaran ini akan dilatihkan dimensi profil pelajar pancasila tentang:

1. Beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia dengan cara melatih peserta didik berdoa sebelum dan sesudah belajar.
2. Mandiri dengan cara sadar diri dan tidak ketergantungan pada teman saat melaksanakan kegiatan pembelajaran.

3. Bernalar kritis dengan cara melatih peserta didik dengan pertanyaan-pertanyaan dalam peristiwa kehidupan sehari-hari yang berhubungan dengan topik materi.
4. Kreatif dengan cara melatih peserta didik berinovasi dalam mengajukan ide yang berhubungan dengan topik materi.
5. Bergotong royong dengan cara melatih peserta didik untuk saling membantu bekerjasama dalam kelompok saat melaksanakan kegiatan praktikum, diskusi, maupun presentasi hasil kerja kelompok.
6. Berkebinekaan global dengan cara melatih peserta didik tidak membedakan teman ketika pembentukan kelompok diskusi atau praktikum.

D. SARANA DAN PRASARANA/ALAT DAN BAHAN

1. LCD Projector
2. Laptop
3. Jaringan Internet/Wifi
4. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V Penerbit Erlangga.
5. Lembar kerja siswa
6. Lapangan sekolah / GOR
7. Media Ajar guru Indonesia dari SCI MEDIA

E. TARGET PESERTA DIDIK

Peserta didik reguler (bukan berkebutuhan khusus)

F. Model Pembelajaran

1. Tatap Muka

II. KOMPETENSI INTI

A. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar meluncur, gerakan tungkai, gerakan lengan, dan teknik pernapasan dalam renang gaya bebas.
2. Peserta didik dapat mempraktikkan gerak dasar meluncur, gerakan tungkai, gerakan lengan, dan teknik pernapasan dalam renang gaya bebas.
3. Peserta didik dapat menjelaskan tata tertib di dalam kolam renang.
4. Peserta didik dapat mempraktikkan tata tertib di kolam renang.

B. Capaian Pembelajaran

1. Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan modifikasi berbagai aktivitas pola gerak dasar dan keterampilan gerak olahraga air.

C. Pemahaman Bermakna

1. Peserta didik mendapatkan wawasan tentang gerak dasar renang gaya bebas dan mampu melakukannya dengan teknik yang baik dan benar.

D. Pertanyaan Pemantik

1. Apakah kalian bisa berenang?
2. Gaya renang apa yang kalian bisa?
3. Apa yang harus dipersiapkan sebelum berenang?

E. Persiapan Pembelajaran

1. Guru menyiapkan kebutuhan pembelajaran seperti Media Ajar guru Indonesia dari SCI MEDIA, Buku cerita anak, dsb.
2. Guru mengingatkan peserta didik untuk mempersiapkan buku teks, laptop, alat dan bahan yang dibutuhkan.

F. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan Pertama(3 JP x 35 menit)

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none">1. Guru memberi salam, menyapa peserta didik (menanyakan kabar, mengecek kehadiran dan kesiapan peserta didik, dan lain-lain), serta menyemangati peserta didik dengan tepukan, atau bernyanyi.2. Salah satu peserta didik memimpin pembacaan doa dilanjutkan dengan penegasan oleh guru tentang pentingnya berdoa sebelum memulai suatu kegiatan dalam rangka menanamkan keyakinan yang kuat terhadap kuasa Tuhan Yang Maha Esa dalam memahami ilmu yang dipelajari.3. Guru bertanya tentang kondisi peserta didik pada hari ini.4. Guru mengadakan tes kemampuan awal melalui pertanyaan awal.5. Guru menyampaikan tujuan kegiatan pembelajaran dan menjelaskan kegiatan apa saja yang akan dilakukan serta hal-hal apa saja yang akan dinilai dari peserta didik selama proses pembelajaran.	15 menit
Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none">1. Guru memberi pertanyaan pemantik terkait olahraga renang.<ul style="list-style-type: none">• Apakah kalian bisa berenang?• Gaya renang apa yang kalian bisa• Apa yang harus dipersiapkan sebelum berenang?2. Peserta didik menjawab pertanyaan pemantik yang disampaikan guru.3. Guru menjelaskan pengertian renang gaya bebas4. Guru memberi kesempatan peserta didik untuk bertanya apabila ada yang belum dimengerti terkait materi yang disampaikan.	75 menit
Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik membuat resume tentang poin-poin penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan.2. Guru dan peserta didik menyimpulkan tentang pengertian renang gaya bebas.	15menit

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
3. Mengagendakan pekerjaan rumah. 4. Mengagendakan materi yang harus dipelajari pada pertemuan berikutnya yaitu gerak dasar renang gaya bebas. 5. Guru menutup kegiatan pembelajaran dengan menyanyikan lagu, Nasional/Daerah dilanjutkan dengan doa, mengucapkan salam.	

Pertemuan Kedua (3 JP x 35 menit)

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan 1. Guru memberi salam, menyapa peserta didik (menanyakan kabar, mengecek kehadiran dan kesiapan peserta didik, dan lain-lain), serta menyemangati peserta didik dengan tepukan, atau bernyanyi. 2. Salah satu peserta didik memimpin pembacaan doa dilanjutkan dengan penegasan oleh guru tentang pentingnya berdoa sebelum memulai suatu kegiatan dalam rangka menanamkan keyakinan yang kuat terhadap kuasa Tuhan Yang Maha Esa dalam memahami ilmu yang dipelajari. 3. Guru bertanya tentang kondisi peserta didik pada hari ini. 4. Guru mengadakan tes kemampuan awal melalui pertanyaan awal. 5. Guru menyampaikan tujuan kegiatan pembelajaran dan menjelaskan kegiatan apa saja yang akan dilakukan serta hal-hal apa saja yang akan dinilai dari peserta didik selama proses pembelajaran.	15 menit
Kegiatan Inti 1. Guru menjelaskan gerak dasar renang gaya bebas: <ul style="list-style-type: none"> Guru menjelaskan posisi badan ketika ingin melakukan renang gaya bebas Guru menjelaskan gerak dasar meluncur Guru menjelaskan gerak dasar teknik kaki pada renang gaya bebas Guru menjelaskan gerak dasar teknik lengan pada renang gaya bebas 	75 menit

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
<ul style="list-style-type: none"> Guru menjelaskan gerak dasar teknik pernapasan pada renang gaya bebas Guru menjelaskan koordinasi kaki dan lengan serta pernapasan <ol style="list-style-type: none"> Guru memberi kesempatan peserta didik untuk bertanya apabila ada yang belum dimengerti terkait materi yang disampaikan. Guru meminta peserta didik melakukan gerakan dasar renang gaya bebas sesuai dengan materi yang telah diajarkan. Guru memberi kesempatan peserta didik terkait gerakan yang belum dimengerti, dan mengulangi gerakan tersebut sampai benar. 	
Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik membuat resume tentang poin-poin penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan. Guru dan peserta didik menyimpulkan tentang gerak dasar renang gaya bebas. Mengagendakan pekerjaan rumah. Mengagendakan materi yang harus dipelajari pada pertemuan berikutnya yaitu tentang tata tertib di kolam renang. Guru menutup kegiatan pembelajaran dengan menyanyikan lagu, Nasional/Daerah dilanjutkan dengan doa, mengucapkan salam. 	15 menit

Pertemuan Ketiga (3 JP x 35 menit)

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> Guru memberi salam, menyapa peserta didik (menanyakan kabar, mengecek kehadiran dan kesiapan peserta didik, dan lain-lain), serta menyemangati peserta didik dengan tepukan, atau bernyanyi. Salah satu peserta didik memimpin pembacaan doa dilanjutkan dengan penegasan oleh guru tentang 	15 menit

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
<p>pentingnya berdoa sebelum memulai suatu kegiatan dalam rangka menanamkan keyakinan yang kuat terhadap kuasa Tuhan Yang Maha Esa dalam memahami ilmu yang dipelajari.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Guru bertanya tentang kondisi peserta didik padahari ini. 4. Guru mengadakan tes kemampuan awal melalui pertanyaan awal. 5. Guru menyampaikan tujuan kegiatan pembelajaran dan menjelaskan kegiatan apa saja yang akan dilakukan serta hal-hal apa saja yang akan dinilai dari peserta didik selama proses pembelajaran. 	
Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menjelaskan tata tertib di kolam renang. 2. Guru memberi kesempatan peserta didik untuk bertanya terkait tata tertib di kolam renang yang belum dimengerti. 	75 menit
Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik membuat resume tentang poin-poin penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan. 2. Guru dan peserta didik menyimpulkan tentang tata tertib di kolam renang. 3. Mengagendakan pekerjaan rumah. 4. Guru menutup kegiatan pembelajaran dengan menyanyikan lagu, Nasional/Daerah dilanjutkan dengan doa, mengucapkan salam. 	15 menit

G. Asesmen

No	Jenis Asesmen	Bentuk Asesmen
1.	Diagnostik	<ul style="list-style-type: none"> • Pertanyaan pemantik tersebut di atas. • Tanya jawab sebagai tindak lanjut.
2.	Formatif	Observasi, Performa, dan Ulangan Harian
3.	Sumatif	Tes tertulis (Pilihan Ganda)

H. Kegiatan Remedial dan Pengayaan

1. Kegiatan remedial:

Remedial dilakukan oleh guru terintegrasi dalam pembelajaran yaitu dengan memberikan intervensi yang sesuai dengan level kompetensi peserta didik dari mana guru mengetahui level kompetensi peserta didik. Level kompetensi diketahui dari refleksi yang dilakukan setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara menetapkan atau menurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran.

2. Kegiatan pengayaan:

Pengayaan dilakukan dengan cara menambah variasi gerakan, menambah jumlah waktu pelaksanaan, dan dilakukan secara berkelompok untuk melatih kekompakan, serta menambah tingkat kesulitan tugas keterampilan yang diberikan.

I. Refleksi Guru dan Peserta Didik

1. Refleksi Guru

Pertanyaan
Apakah kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik?
Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami/temukan dalam proses pembelajaran.
Apa yang harus diperbaiki dan bagaimana cara memperbaiki proses pembelajaran tersebut.





2. Refleksi Peserta Didik





Berikan tanda ceklis (✓) pada kolom (1) = Tidak Setuju, (2) Kurang Setuju, (3) Setuju, (4) Sangat Setuju jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap peserta didik.

Nama:

Kelas:

.....

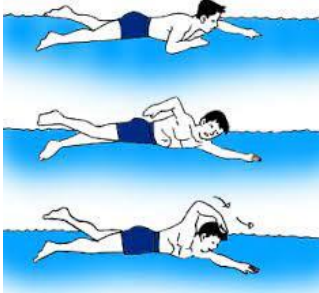


No	Pertanyaan				
		1	2	3	4
1.	Saya mengikuti pelajaran PJOK di sekolah dengan sungguh-sungguh.				

No	Pertanyaan				
		1	2	3	4
2.	Saya dapat memahami materi pelajaran PJOK dengan baik.				
3.	Saya belajar secara mandiri dalam mencapai tujuan.				
4.	Saya sungguh-sungguh dalam mencapai tujuan belajar.				
5.	Saya membuat tugas secara mandiri.				
6.	Saya bekerja sama dengan teman satu kelompok di kelas.				
7.	Saya saling membantu dalam melakukan tugas kelompok.				
8.	Saya berbagi peran dalam mengerjakan tugas kelompok.				
9.	Saya suka menyapa jika bertemu orang yang saya kenal.				
10.	Saya suka memungut sampah untuk dibuang pada tempat sampah.				
Sangat Baik		Baik		Cukup	
Jika mendapat skor >30 dari pernyataan di atas.		Jika mendapat skor 21 s.d 30 dari pernyataan di atas.		Jika mendapat skor 11 s.d 20 dari pernyataan di atas.	
				Jika mendapat skor <11 pernyataan di atas.	

3. Refleksi Peserta Didik (Pengetahuan)


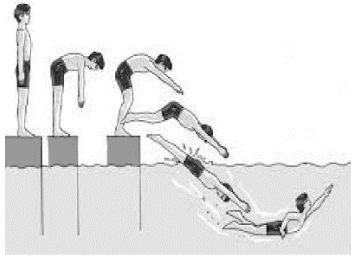
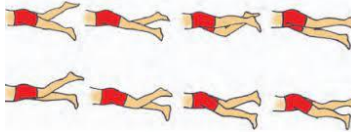
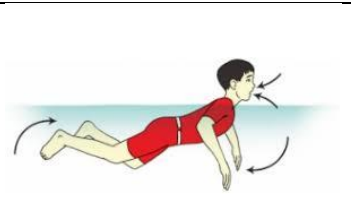
Pertemuan Pertama

Pertanyaan
1) Berilah tanda ceklis (√) pada kata yang sesuai dengan gambar berikut ini. Renang yang dilakukan dengan sikap tubuh telungkup dan gerakan kedua kaki diayunkan dari atas ke bawah secara bergantian disebut

Pertanyaan	
 <p>Sumber: http://www.penasorkes.com/</p>	<input type="checkbox"/> renang gaya katak <input type="checkbox"/> renang gaya bebas <input type="checkbox"/> renang gaya punggung <input type="checkbox"/> renang gaya kupu-kupu
2) Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kata yang sesuai dengan gambar berikut ini. Posisi wajah saat melakukan gaya renang bebas menghadap	
 <p>www.jurnalponsel.com/renang-gaya-bebas/</p>	<input type="checkbox"/> ke samping badan <input type="checkbox"/> ke atas permukaan <input type="checkbox"/> ke depan pinggul <input type="checkbox"/> ke permukaan air
3) Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kata yang sesuai dengan gambar berikut ini. Renang gaya bebas, disebut juga	
 <p>https://zonasiswa.com/</p>	<input type="checkbox"/> <i>freestyle stroke</i> <input type="checkbox"/> <i>freestyle broke</i> <input type="checkbox"/> <i>freestyle strike</i> <input type="checkbox"/> <i>freestyle bridge</i>
4) Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kata sesuai dengan gambar berikut ini. Renang gaya bebas pertama kali di pertandingkan pada	
	<input type="checkbox"/> tahun 1839 di Paris <input type="checkbox"/> tahun 1844 di London <input type="checkbox"/> tahun 1858 di Barcelona <input type="checkbox"/> tahun 1867 di Amsterdam

Pertemuan Kedua


Pertanyaan
1) Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kata yang sesuai dengan gambar berikut ini. Posisi badan pada saat melakukan renang gaya bebas adalah

Pertanyaan	
 <p>https://www.idpengertian.net/</p>	<input type="checkbox"/> posisi badan miring ke depan <input type="checkbox"/> posisi wajah menghadap ke atas <input type="checkbox"/> posisi kaki sampai kepala sejajar lurus <input type="checkbox"/> posisi tangan diangkat setinggi paha
2) Berilah tanda ceklis (√) padasalah satu kata yang sesuai dengan gambar berikut ini. Gambar di bawah ini merupakan....	
 <p>Sumber:http://www.penasorkes.com/</p>	<input type="checkbox"/> teknik badan <input type="checkbox"/> teknik pernapasan <input type="checkbox"/> teknik kaki <input type="checkbox"/> teknik meluncur
3) Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kata sesuai dengan gambar berikut ini. Posisi kaki yang benar saat melakukan gaya renang bebas adalah	
 <p>https://penjagaperpus.com/</p>	<input type="checkbox"/> kaki naik ke atas permukaan <input type="checkbox"/> kaki setinggi alas kolam <input type="checkbox"/> kaki setengah lingkaran <input type="checkbox"/> kaki naik turun bergantian
4) Berilah tanda ceklis (√) pada kata sesuai dengan gambar berikut ini. Pada saat melakukan gaya renang bebas, maka posisi kepala dimiringkan sampai mulut berada diatas permukaan air, dan ambillah nafas	
 <p>https://oriflameid.com/</p>	<input type="checkbox"/> dengan hentakan lambat <input type="checkbox"/> di bawah posisi perut <input type="checkbox"/> sejajar dengan tinggi air <input type="checkbox"/> di atas permukaan air

Pertemuan Ketiga

Pertanyaan
1) Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kata sesuai dengan gambar berikut ini. Jika kita menemukan rambu larangan seperti

Pertanyaan	
ini di kolam renang, maka maksudnya adalah	
 <p>https://icon-icons.com/</p>	<input type="checkbox"/> dilarang membawa selang air <input type="checkbox"/> dilarang mengisi air di kolam renang <input type="checkbox"/> dilarang kencing di kolam renang <input type="checkbox"/> dilarang menyiram air kolam renang
2) Berilah tanda ceklis (✓) pada salah satu kata sesuai dengan gambar berikut ini. Jika kita menemukan rambu larangan seperti ini di kolam renang, maka maksudnya adalah	
 <p>https://pixabay.com/</p>	<input type="checkbox"/> dilarang membuang makanan <input type="checkbox"/> dilarang membeli makanan di sini <input type="checkbox"/> dilarang memberi makanan hewan <input type="checkbox"/> dilarang makan dan minum saat renang
3) Berilah tanda ceklis (✓) pada salah satu kata sesuai dengan gambar berikut ini. Kita tidak boleh meludah sembarangan di kolam renang, karena	
 <p>https://www.kaskus.co.id/</p>	<input type="checkbox"/> tidak aturan yang mengaturnya <input type="checkbox"/> mengotori air kolam renang <input type="checkbox"/> menjadi mengandung kaporit <input type="checkbox"/> mengganggu anak-anak
4) Berilah tanda ceklis (✓) pada salah satu kata sesuai dengan gambar berikut ini. Kita dilarang untuk mendorong orang lain di pinggir kolam, karena akan	

Pertanyaan	
	<input type="checkbox"/> bukan orang yang kita kenal <input type="checkbox"/> tidak ada pelampung disana <input type="checkbox"/> air di dalam kolam renang kosong <input type="checkbox"/> membahayakan keselamatan orang lain

III. LAMPIRAN

A. Penilaian

1. PENILAIAN DIAGNOSTIK

a. Diagnostik Non Kognitif

Asesmen diagnostik non kognitif di awal pembelajaran dilakukan untuk menggali hal-hal meliputi kesejahteraan psikologi peserta didik, sosial emosi, aktivitas peserta didik selama belajar di rumah, kondisi keluarga dan pergaulan peserta didik, gaya belajar, karakter, dan minat siswa.

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Apa kabar hari ini?		
2.	Apakah ada yang sakit hari ini?		
3.	Apakah kalian dalam keadaan sehat?		
4.	Apakah anak-anak merasa bersemangat hari ini?		
5.	Apakah anak-anak sudah makan?		
6.	Apakah tadi malam sudah belajar?		

b. Diagnostik Kognitif

No	Pertanyaan
1.	Apakah kalian bisa berenang?

No	Pertanyaan
2.	Gaya renang apa yang kalian bisa?
3.	Apa yang harus dipersiapkan sebelum berenang?

2. PENILAIAN FORMATIF

a. Instrumen Penilaian Kompetensi Keterampilan

Rubrik asesmen keterampilan pemahaman teori dan praktik renang gaya bebas

Nama: _____ Kelas: _____

No	Indikator Esensial	Aspek yang dinilai	Pemahaman/ praktik	
			Mampu	Tidak
1.	Pengertian renang gaya bebas	Mengetahui teknik berenang secara umum		
		Mengetahui macam-macam gaya renang		
		Mengetahui keterampilan dasar gaya renang bebas		
2.	Gerak dasar renang gaya bebas	Posisi badan		
		Gerak dasar meluncur		
		Gerak dasar teknik kaki		
		Gerak dasar teknik lengan		
		Gerak dasar teknik pernapasan		
		Koordinasi kaki dan lengan serta pernapasan		
3.	Tata tertib di kolam renang	Mengetahui macam-macam tata tertib di kolam renang		
		Mampu mematuhi keseluruhan tata tertib di kolam renang		

Pedoman penskoran:

a. Penskoran

1) Pengertian renang gaya bebas (teori)

Skor 5-6 jika: Peserta didik dapat mengetahui dengan benar terkait teknik berenang secara umum, macam-macam gaya renang, dan keterampilan dasar renang gaya bebas

Skor 3-4 jika: Peserta didik hanya mengetahui dua aspek penilaian (misalnya macam-macam gaya renang, dan keterampilan dasar renang gaya bebas).

Skor 1-2 jika: Peserta didik hanya mengetahui satu aspek penilaian (misalnya macam-macam gaya renang)

Skor 0 jika: Peserta didik tidak mengetahui sama sekali.

2) Gerak dasar renang gaya bebas

Skor 5-6 jika: Peserta didik dapat melakukan 5 atau 6 gerakan dasar renang gaya bebas.

Skor 3-4 jika: Peserta didik dapat melakukan 3 atau 4 gerakan dasar renang gaya bebas.

Skor 1-2 jika: Peserta didik dapat melakukan 1 atau 2 gerakan dasar renang gaya bebas.

Skor 0 jika: Peserta didik sama sekali tidak dapat melakukan gerakan dasar renang gaya bebas satupun

3) Tata tertib di kolam renang

Skor 6 jika: Peserta didik dapat mengetahui macam-macam tata tertib di kolam renang dan mampu menerapkannya dengan cara mematuhi semua aturan yang berlaku.

Skor 3-5 jika: Peserta didik dapat mengetahui macam-macam tata tertib di kolam renang, tetapi tidak mampu mematuhi beberapa aturan yang berlaku.

Skor 1-2 jika: Peserta didik dapat mengetahui sedikit macam-macam tata tertib di kolam renang dan tidak mampu mematuhi aturan yang berlaku.

b. Pengolahan skor

- 1) Skor maksimum: 18.
- 2) Skor Real Peserta Didik (SRP):
 Sangat Baik (skor >15)
 Baik (skor 10 s.d 14)
 Cukup (skor 5 s.d 9)
 Perlu Perbaikan (skor <5)

b. Instrumen Penilaian Kompetensi Pengetahuan

Pertanyaan	Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Asesmen
Tes Tertulis	Pilihan ganda dengan 4o psi	<p>1. Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kata yang sesuai dengan jawaban pertanyaan. Di bawah ini manakah yang bukan termasuk gaya renang?</p> <p><input type="checkbox"/> gaya katak <input type="checkbox"/> gaya bebas <input type="checkbox"/> gaya trudgen <input type="checkbox"/> gaya kuda Kunci: gaya kuda</p> <p>2. Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kata yang sesuai dengan jawaban</p>	Jawaban benar mendapatkan skor 1 dan salah 0.

Pertanyaan	Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Asesmen
		<p>pertanyaan. Di manakah posisi kepala saat melakukan gaya renang bebas?</p> <p><input type="checkbox"/> di belakang kaki</p> <p><input type="checkbox"/> di antara lutut</p> <p><input type="checkbox"/> di permukaan air</p> <p><input type="checkbox"/> di dasar kolam</p> <p>Kunci: dipermukaan air</p> <p>3. Berilah tanda ceklis (✓) pada salah satu kata yang sesuai dengan jawaban pertanyaan. Apa istilah dari renang gaya bebas?</p> <p><input type="checkbox"/> breast stroke</p> <p><input type="checkbox"/> crawl stroke</p> <p><input type="checkbox"/> hand stroke</p> <p><input type="checkbox"/> butterfly stroke</p> <p>Kunci: crawl stroke</p>	
	Uraian tertutup	<p>1. Jelaskan bagaimana posisi tubuh saat melakukan renang gaya bebas!</p>	<p>Mendapatkan skor;</p> <p>4, jika semua yang ceritakan benar.</p> <p>3, jika ada satu poin penjelasan</p>

Pertanyaan	Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Asesmen
		<p>Kunci:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Posisi dada menghadap ke permukaan air. 2) Kedua belah lengan secara bergantian digerakkan jauh ke depan dengan gerakan mengayuh. 3) Kedua belah kaki secara bergantian dicambukkan naik turun ke atas dan ke bawah. 4) Posisi wajah menghadap ke permukaan air. 5) Pernapasan dilakukan ketika lengan digerakkan ke luar dari air, dan sewaktu mengambil napas, perenang bisa memilih sebagai menoleh ke kiri atau ke kanan. 	<p>yang diceritakan tidak benar.</p> <p>2, jika ada dua poin penjelasan yang diceritakan tidak benar.</p> <p>1, jika ada tiga atau empat poin penjelasan yang diceritakan tidak benar.</p> <p>0, jika semua penjelasan yang diceritakan tidak benar.</p>

3. PENILAIAN SUMATIF

Berilah tanda silang (X) pada huruf a, b, c, atau d sesuai jawaban yang paling tepat!

1. Renang termasuk dalam cabang olahraga....
 - a. Calistenik
 - b. Atletik
 - c. Air
 - d. Darat
2. Sebelum melakukan olahraga renang sebaiknya kita....
 - a. Pemanasan yang cukup
 - b. Tidur yang lama
 - c. Minum yang banyak
 - d. Makan yang banyak
3. Saat mengambil nafas pada renang gaya bebas, posisi wajah menghadap ke....
 - a. Atas
 - b. Bawah
 - c. Depan
 - d. Samping
4. Saat melakukan gerak dasar meluncur pada renang gaya dada posisi badan harus....
 - a. Lebih rendah dari permukaan air
 - b. Lebih dalam dari permukaan air
 - c. Sejajar dengan permukaan air
 - d. Lebih tinggi dari permukaan air
5. Tumpuan kaki pada dinding kolam saat hendak meluncur bertujuan
 - a. Memberikan daya dorong
 - b. Menjaga keseimbangan tubuh
 - c. menjaga keseimbangan tubuh
 - d. Mempermudah gerakan kaki

6. Berikut yang bukan termasuk gaya renang adalah
- a. Gaya Bebas
 - b. Gaya Punggung
 - c. Gaya Selam
 - d. Gaya Dada
7. Gerak lengan gaya bebas yang paling efektif untuk memperoleh luncuran secara maksimal adalah membentuk pola
- a. Angka delapan
 - b. Kepakan sayap kupu-kupu
 - c. Huruf 'U' terbalik
 - d. Huruf 'S'
8. Gerak tungkai pada renang gaya bebas, yaitu
- a. Digerakkan naik turun secara bersamaan
 - b. Tungkai lurus sejajar permukaan air
 - c. Dibuka selebar bahu kemudian melakukan dorongan
 - d. Digerakkan naik turun secara bergantian
9. Fungsi latihan gerak meluncur pada renang gaya bebas adalah
- a. Melatih tubuh terapung di permukaan air
 - b. Melatih koordinasi lengan dan tungkai
 - c. Menjaga kekuatan tungkai
 - d. Melatih kecepatan renang
10. Posisi tubuh pada renang gaya bebas adalah
- a. Telentang
 - b. Tenggelam
 - c. Tengkurap
 - d. Telungkup
11. Ketika berenang gaya bebas, posisi wajah menghadap ke
- a. Permukaan air
 - b. Kiri
 - c. Atas
 - d. Kanan

12. Teknik gerakan yang lebih dominan digunakan dalam renang gaya bebas yaitu
- Gerakan Pinggul
 - Gerakan Perut
 - Gerakan Lengan
 - Gerakan Kepala
13. Cara pengambilan napas yang baik dan biasa dilakukan para perenang gaya bebas adalah dengan
- Dua arah
 - Bergantian arah
 - Tiga arah
 - Satu arah
14. Berikut ini yang tidak termasuk teknik gerakan renang gaya bebas adalah
- Gerakan terjun
 - Ayunan lengan
 - Koordinasi gerakan
 - Ayunan kaki
15. Di bawah ini yang bukan tata tertib di kolam renang adalah
- Bermain di kolam dalam meskipun belum mahir berenang
 - Menjaga kebersihan di lingkungan kolam renang
 -

Kunci Jawaban

1	C	6	C	11	A
2	A	7	D	12	C
3	D	8	D	13	D
4	C	9	A	14	A
5	A	10	D	15	A

B. Lembar Kerja Peserta Didik

Tanggal :
Lingkup/Materi Pembelajaran :
Nama Peserta Didik :
Fase/Kelas : C/V

1. Panduan Umum

Peserta didik melakukan aktivitas sama dengan konsep panduan umum pada aktivitas pembelajaran sebelumnya.

2. Panduan Aktivitas Pembelajaran

- a. Bersama dengan teman, buatlah kelompok sejumlah maksimal 5-7 orang.
- b. Lakukan latihan bersama terkait cara melakukan renang gaya bebas mulai dari persiapan sampai dengan gerakan inti.
- c. Perhatikan penjelasan berikut ini:

Cara melakukan aktivitas renang gaya bebas:

- 1) Bersama dengan teman satu kelompok lakukan pemanasan di tepi kolam renang sebelum melakukan aktivitas renang.
- 2) Lakukan gerak dasar renang gaya bebas mulai dari latihan sikap badan, gerak dasar meluncur, gerak dasar teknik kaki, gerak dasar teknik lengan, gerak dasar teknik pernapasan, dan melatih koordinasi kaki dan lengan serta pernapasan.
- 3) Setelah melakukan aktivitas renang gaya bebas, kegiatan diakhiri dengan gerakan pendinginan agar otot-otot tubuh tidak kaku.

3. Kriteria Penilaian

Aspek yang dinilai	Perolehan nilai
Peserta didik dapat melakukan gerak dasar renang gaya bebas dengan sangat baik dan dapat menjaga kekompakan tim.	85-95

Peserta didik dapat melakukan gerak dasar renang gaya bebas dengan baik, tetapi kurang menjaga kekompakan tim	75-84
Peserta didik melakukan beberapa kesalahan dalam melakukan gerak dasar renang gaya bebas dan kurang menjaga kekompakan tim.	60-74
Peserta didik melakukan banyak kesalahan dalam melakukan gerak dasar renang gaya bebas dan tidak bisa menjaga kekompakan tim.	45-59

C. Bahan Bacaan Untuk Peserta Didik dan Guru

1. Bahan Bacaan Guru

- Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V Penerbit Erlangga.
- Artikel bacaan terkait renang gaya bebas.
- Video pembelajaran materi terkait teknik renang gaya bebas.

2. Bahan Bacaan Peserta Didik

- Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V Penerbit Erlangga.
- Materi bacaan terkait renang gaya bebas.
- Video terkait tutorial dan cara melakukan gerak dasar renang gaya bebas.

D. Glosarium

No	Istilah	Arti
1.	crawl stroke	Istilah renang gaya bebas dalam Bahasa Inggris
2.	FINA	Federasi Renang Internasional
3.		

E. Daftar Pustaka

- *Masria'an, Aminarni, dan Sugito Adi Warsito. (2022). Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V. Jakarta: Penerbit Erlangga.*

Yogyakarta, 26 Februari 2023

Mengetahui;
Kepala Sekolah SDN Lempuyangwangi

Guru PJOK

ESTI KARTINI,S.Pd
NIP. 196604211993022002

ELIAS CARLES PN,S.Pd
NIP. 197412242008011004

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian

Proses Pembelajaran



Proses Wawancara



Bersama Subjek Penelitian

