

## Pengaruh Model Pembelajaran Terhadap Penguasaan Teknik Dasar Renang Gaya Dada

### *The Influence of Learning Model on The Mastery of Basic Breaststroke Swimming Techniques*

Yayan Wardiyanto

*Ilmu Keolahragaan, Universitas Muhammadiyah Cirebon, Indonesia*

#### Abstrak

Berdasarkan hasil observasi di lapangan terdapat fakta bahwa dalam proses pembelajaran khususnya materi renang gaya dada, sebagian siswa terlihat kurang aktif, takut dengan air dan takut tidak bisa melakukannya sementara siswa yang lainnya bisa mengikuti pembelajaran, sehingga perlu ada solusi untuk menerapkan model pembelajaran yang dapat membangkitkan motivasi belajar sehingga tercapainya peningkatan penguasaan teknik dasar renang gaya dada. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *TGFU* terhadap penguasaan teknik dasar renang gaya dada. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan bentuk *One Group Pretest Posttest Design*. Populasi 110 siswa kelas VIII A, B dan C SMP Sindangjawa Kabupaten Cirebon. Sampel 17 siswa putra dengan teknik pengambilan sampel random yang homogen. Hasil Penelitian pada *Pretest* diperoleh rata-rata untuk kelompok eksperimen yaitu 51,87, *Posttest* diperoleh rata-rata untuk kelompok eksperimen yaitu 37,28 dan hasil latihan diperoleh rata-rata 14,59. Teknik analisis data dengan menggunakan uji hipotesis melalui uji signifikansi dengan hasil bahwa  $t_{hitung}$  lebih besar dari pada  $t_{tabel}$  dimana  $t_{hitung} > t_{tabel} = 27,528 > 2,583$ . Hasil penelitian ini adalah model pembelajaran *TGFU* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penguasaan teknik dasar renang gaya dada.

**Kata kunci:** model pembelajaran, renang gaya dada.

#### Abstract

*Based on the results of observations in the field, there are facts that in the learning process, especially the breaststroke swimming material, some students look less active, afraid of water and afraid of not being able to do it while other students can take part in learning, so there needs to be a solution to apply a learning model that can arouse motivation to learn so as to achieve an increase in mastery of the basic techniques of breaststroke swimming. The purpose of the study was to determine the effect of the TGFU learning model on the mastery of basic breaststroke swimming techniques. This study uses an experimental method in the form of One Group Pretest Posttest Design. The population is 110 students of class VIII A, B and C of SMP Sindangjawa, Cirebon Regency. A sample of 17 male students with homogeneous random sampling technique. The results of the research on the pretest obtained an average for the experimental group that is 51.87, the posttest obtained an average for the experimental group that is 37.28 and the results of the exercise obtained an average of 14.59. Data analysis technique using hypothesis testing through significance test with the result that  $t_{hitung}$  is greater than  $t_{tabel}$  where  $t_{hitung} > t_{tabel} = 27,528 > 2,583$ . The result of this study is that the TGFU learning model has a significant influence on the mastery of the basic breaststroke swimming technique.*

**Keywords:** learning model, breaststroke swimming.

## PENDAHULUAN

Pendidikan 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. (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2006).

Pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah mempunyai peranan penting untuk memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih serta dilakukan secara sistematis. Menurut (Rahyubi, 2012) pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, dan penghayatan nilai-nilai (yang berimplikasi pada sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang dan utuh sebagai manusia, baik secara jasmani maupun rohani.

Pembelajaran permainan merupakan salah satu bagian dari pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, yang kepadanya dibebankan tanggungjawab tujuan pembelajaran agar anak memiliki keterampilan gerak yang memadai (Rachman, 2008). Sedangkan menurut (Pujiyanto, 2014) menjelaskan bahwa *Teaching Games for Understanding* (TGfU) merupakan suatu pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani untuk memperkenalkan bagaimana anak mengerti olahraga melalui bentuk konsep dasar bermain. Sebagaimana karakternya, anak-anak mudah terbangkit minatnya untuk bermain. Pada masa anak-anak bermain merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupannya dan cenderung merupakan kebutuhan dasar yang hakiki. Para ahli pendidikan mengatakan bahwa anak-anak identik dengan bermain, karena hampir semua hidupnya tidak lepas dari bermain. Menurut (Kahfi, 1986) menyatakan bahwa secara kodrati bahwa manusia termasuk *homoludens*. Bahwa manusia mempunyai sifat ingin bermain merupakan kodrat yang tidak bisa dihindari. Demikian pula manusia bermain dengan air merupakan kodrat yang dilakukan manusia.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilaksanakan pada tanggal 8-13 Oktober 2018 di SMP Sindangjawa Kabupaten Cirebon Jawa Barat yaitu untuk mengetahui proses pembelajaran dan hasil belajar renang gaya dada terhadap keterampilan teknik dasar renang gaya dada. Hasil survei tentang penguasaan teknik dasar renang gaya dada pada siswa kelas VIII A sampai kelas VIII C yang mengikuti materi olahraga renang gaya dada pada pelajaran Penjasorkes sebagian siswa terlihat kurang aktif, takut dengan air dan takut tidak bisa melakukannya sementara siswa yang lainnya mengikuti pelajaran yang diberikan oleh guru. Hal ini disebabkan karena kurangnya fokus terhadap materi, kurangnya pemahaman tentang strategi dan materi, kurangnya kemampuan teknik dasar, serta sarana dan prasarana yang kurang memadai.

Sebagai solusinya diperlukan suatu model pembelajaran yang dapat menumbuhkan minat siswa untuk berpartisipasi aktif dalam melaksanakan tugas gerak. Terdapat beberapa cara mengajar tentang kemampuan teknik dasar renang gaya dada tersebut salah satunya adalah dengan penerapan pembelajaran pola permainan. Munculnya konsep TGFU sebagai reaksi atas keprihatinan bahwa anak-anak yang berada di sekolah mengetahui sangat sedikit tentang permainan (Holt, Streat, & Bengoechea, 2002). Mengangkat pembelajaran melalui bermain menjadikan solusi dari permasalahan dalam pembelajaran renang gaya dada. Pembelajaran melalui pola permainan ini terdapat dalam teori tentang *Teaching Game for Understanding (TGFU)* menurut (Metzler, 2005) bahwa Pengajaran Permainan untuk Pemahaman (*Teaching Game for Understanding*) didasarkan pada enam komponen dasar dalam pembelajaran satu unit permainan, yaitu: 1) Permainan 2) Apresiasi bermain 3) Kesadaran taktikal 4) Pembuatan keputusan yang akurat 5) Eksekusi keterampilan 6) Penampilan. *Teaching Game for Understanding (TGFU)* adalah suatu pola pembelajaran dengan lebih menekankan pada pemahaman tentang permainan. Menurut (Metzler, 2005) bahwa Aktivitas simulasi (atau bentuk-bentuk permainan) perlu mencerminkan keutuhan permainan dan menggugah situasi untuk terfokus kepada pengembangan keterampilan taktikal. Makna mencerminkan yang dimaksud adalah bentuk-bentuk permainan dalam simulasi adalah suatu situasi yang realistik yang akan dihadapi siswa dalam bentuk permainan yang sebenarnya. Siswa juga perlu

senantiasa tergugah dan termotivasi untuk terfokus pada masalah-masalah taktikal yang dihadapi.

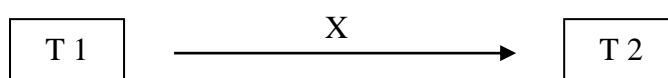
Karakteristik atau sifat anak SMP yaitu dalam kehidupannya tidak bisa dipisahkan dari bermain sedangkan dari perkembangan kognitif usia anak sekolah menengah merupakan periode terakhir dan tertinggi dalam tahap pertumbuhan operasi formal (*period of formal operations*). Tahap ini merupakan kemampuan untuk mempertimbangkan ide-ide yang tidak didasarkan pada realita. Anak sudah mampu berpikir yang bersifat abstrak. Pada masa ini gerak yang dapat dikembangkan mengarah pada pencabangan olahraga (Saputra, 2020).

Sesuai penjelasan karakteristik anak SMP di atas bahwa untuk mencapai tujuan dan harapan dalam pembelajaran renang gaya dada maka solusi yang diperlukan adalah memakai model pembelajaran yang sesuai dengan karakter anak usia sekolah menengah yaitu salah satunya adalah model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*).

Renang merupakan salah satu materi dari mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang kurang disukai dikalangan para siswa di SMP Sindangjawa Kabupaten Cirebon, termasuk materi renang gaya dada padahal renang gaya dada adalah termasuk gaya yang pertama kali dipelajari, mudah dan nyaman dilakukan (Fadillah, 2009). Demi merangsang dan mengembangkan kemampuan siswa dalam teknik dasar renang gaya dada, maka hendaknya renang gaya dada diperkenalkan dengan bermain sehingga diharapkan dapat mendorong minat siswa untuk tertarik, mau mencoba dan memberikan kepuasan untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Salah satu langkahnya adalah dengan pola pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa agar dapat menentukan keberhasilan siswa dalam kegiatan renang gaya dada, maka kesiapan seorang guru dalam menerapkan pola pendekatan atau model pembelajaran yang akan digunakan dan mengenal karakteristik siswa adalah modal utama dalam menyampaikan materi pelajaran serta dapat dijadikan indikator berhasil atau tidaknya dalam proses pembelajaran, sehingga materi renang gaya dada yang disampaikan mendapatkan sentuhan-sentuhan didaktik metodik yang nantinya siswa diharapkan termotivasi untuk mempelajari setiap teknik dasar yang disampaikan sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran.

## METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode eksperimen dengan bentuk *One Group Pretest Posttest Design*, karena kelompok tidak diambil secara acak atau pasangan, juga tidak ada kelompok pembanding, tetapi diberi tes awal dan tes akhir di samping perlakuan.



**Gambar 1.** Desain Penelitian

Keterangan:

T 1 = Tes awal renang gaya dada

T 2 = Tes akhir renang gaya dada

X = Perlakuan berupa pembelajaran renang gaya dada dengan penggunaan model pembelajaran *Teaching Game for Understanding* (TGFU) (Sugiyono, 2013)

Dalam penelitian ini tempat yang digunakan untuk kegiatan penelitian yaitu kolam renang Segar Sejati Desa Cikalahang Kecamatan Dukupuntang Kabupaten Cirebon untuk melaksanakan pembelajaran renang gaya dada menggunakan model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*). Sedangkan waktu pelaksanaan penelitian mulai tanggal 22 Oktober 2018 sampai 17 November 2018.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII A, B dan C SMP Sindangjawa Kabupaten Cirebon Jawa Barat tahun pelajaran 2018/2019, yang berjumlah 110 siswa. Penelitian ini penulis penetapan sampel dengan menggunakan sampel random yang homogen yaitu siswa putra kelas VIII A SMP Sindangjawa Kabupaten Cirebon Jawa Barat, dengan jumlah siswa putra sebanyak 17 orang. (Sukmadinata, 2010)

Teknik Pengambilan data dalam penelitian ini adalah yang pertama siswa melakukan tes awal renang gaya dada sejauh 25 meter sebanyak 3 kali hasil yang terbaik itu dicatat. Kedua setelah siswa diberikan perlakuan pembelajaran renang gaya dada menggunakan model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*) siswa melakukan tes akhir renang gaya dada sejauh 25 meter sebanyak 3 kali hasil yang terbaik itu dicatat. (Nurhasan & Cholil, 2007).

## ANALISIS STATISTIK

Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan rumus-rumus statistik yaitu pertama menjumlah hasil tes awal, tes akhir dan peningkatan renang 25 meter gaya dada. Kedua menentukan nilai rata-rata dan simpangan baku. Ketiga pengujian normalitas data yaitu tes awal dan tes akhir renang 25 meter gaya dada. Keempat uji hipotesis melalui uji signifikansi dengan kriteria pengujian Tolak  $H_0$ , jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , Terima  $H_0$ , jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$  (Sudjana, 2005)

## HASIL

Nilai rata-rata dan simpangan baku dari data hasil tes awal, tes akhir dan peningkatan renang 25 meter gaya dada dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1.** Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku Tes Renang 25 Meter Gaya Dada

Jenis Tes	Rata-rata	Simpangan Baku
Tes Awal	51,87	7,91
Tes Akhir	37,28	7,43
Hasil Latihan	14,59	2,17

Untuk menguji normalitas dari sebuah data, penulis menggunakan uji Lilliefors. Tujuan dari pengujian normalitas adalah untuk menentukan sebuah pendekatan dalam analisis data. Ada dua macam pendekatan analisis data yakni pendekatan parametrik dan non parametrik. Dimana pendekatan parametrik digunakan apabila tes berdistribusi normal sedangkan, pendekatan non parametrik digunakan apabila tes berdistribusi tidak normal. Hasil pengujian normalitas data tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 2.** Hasil Pengujian Normalitas Data Tes Renang 25 Meter Gaya Dada

Jenis Tes	$L_{hitung}$	$L_{tabel}$	Hasil
Tes Awal	0,126	0,245	Normal
Tes Akhir	0,155	0,245	Normal

Uji hipotesis melalui uji signifikansi (uji peningkatan) yaitu Pengujian ini bermaksud mengetahui apakah sampel mengalami peningkatan yang signifikan atau tidak setelah mereka mendapat perlakuan. Hasil pengujian tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3.** Hasil Uji Signifikansi Kelompok Eksperimen

<b>T<sub>hitung</sub></b>	<b>T<sub>tabel</sub></b>	<b>Hasil</b>
27,528	2,583	Signifikan

## PEMBAHASAN

Dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Model Pembelajaran terhadap Penguasaan Teknik Dasar Renang Gaya Dada”. Dalam penelitian ini telah merumuskan suatu permasalahan yaitu, “Seberapa besar pengaruh model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*) terhadap penguasaan teknik dasar renang gaya dada”.

Dari hal tersebut peneliti telah melakukan penelitian dengan hasil yang memuaskan dimana terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penguasaan teknik dasar renang gaya dada dalam pembelajaran renang gaya dada dengan menggunakan model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*). Besarnya peningkatan dari tes awal dan tes akhir cukup membanggakan yaitu dengan peningkatan 14,59 serta besarnya pengaruh pembelajaran renang gaya dada menggunakan model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*) terhadap penguasaan teknik dasar renang gaya dada, dapat ditentukan dengan hasil bahwa  $t_{hitung}$  lebih besar dari pada  $t_{tabel}$  dimana  $t_{hitung} > t_{tabel} = 27,528 > 2,583$ .

Menurut (Qohhar & Pazriansyah, 2019) pembelajaran dengan menggunakan pendekatan TGFU memberikan pengaruh terhadap perkembangan skill-nya, tingkat pengetahuan dan penampilan bermain siswa. *Teaching Game for Understanding* (TGFU) merupakan pengajaran permainan yang berpusat pada bermain itu sendiri. Pendekatan TGFU adalah suatu pendekatan pembelajaran dengan lebih menekankan pada pemahaman tentang bagaimana cara bermain suatu permainan. Dalam hal ini model pembelajaran *Teaching Game for*

*Understanding* (TGFU) diterapkan dalam pembelajaran renang gaya dada dalam permainan hitam-hijau untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar renang gaya dada pada anak SMP.

Dari uraian di atas bahwa pembelajaran renang gaya dada menggunakan model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*) dalam permainan hitam-hijau dapat meningkatkan dan terdapat pengaruh yang signifikan terhadap penguasaan teknik dasar renang gaya dada.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian melalui pengolahan data dan analisis data menggunakan prosedur statistika terhadap data-data yang diperoleh dalam penelitian ini, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: Model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*) adalah suatu pendekatan pembelajaran permainan yang berpusat pada pemahaman tentang permainan untuk mengapresiasi kesenangan bermain sehingga mendorong minat, motivasi dan keinginan anak untuk belajar teknik bermain dan meningkatkan penampilan bermainnya. Model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penguasaan teknik dasar renang gaya dada. Adapun besarnya pengaruh tersebut ditunjukkan dengan nilai rata-rata peningkatan yang dicapai oleh sampel setelah mendapat perlakuan berupa pembelajaran renang gaya dada dengan menggunakan model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*), yaitu sebesar 14,59. Sedangkan mengenai signifikansinya ditentukan dengan hasil uji peningkatan yang menunjukkan hasil yang signifikan pada taraf nyata 0,01 dengan derajat kebebasan 16, yaitu  $t_{hitung} > t_{tabel} = 27,528 > 2,583$ .

Dalam hal ini, model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*) mempunyai tujuan untuk meningkatkan keterampilan melalui pemecahan masalah dan kesadaran taktis dalam renang gaya dada serta dapat menumbuhkan minat dan motivasi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam melaksanakan tugas gerak. Model pembelajaran TGFU (*Teaching Game for Understanding*) bisa diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang akan membawa siswa pada pengembangan diri yang lebih baik mencakup aspek kognitif, afektif dan psikomotor dan selaras dengan tujuan



pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri maupun tujuan pendidikan nasional pada umumnya.

## REFERENSI

- Fadillah, R. (2009). *Bermain di Air*. Jakarta: Talenta Pustaka Indonesia.
- Holt, N. L., Streat, W. B., & Bengoechea, E. G. (2002). Expanding the Teaching Games for Understanding Model: New Avenues for Future Research and Practice. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(2), 162–176. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jtpe.21.2.162>
- Kahfi, A. (1986). *Olahraga Air dan Metodik*. Jakarta: Karunika Universitas Terbuka.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. (2006). *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: PT. Armas Duta Jaya.
- Metzler, M. W. (2005). *Instructional Models For Physical Education*. United States of America: Holcomb Hathaway, Inc.
- Nurhasan, H., & Cholil, D. H. (2007). *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Pujianto, A. (2014). Persepsi Guru Pendidikan Jasmani terhadap Model Teaching Game for Understanding (TGfU). *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 1(2), 79–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jpehs.v1i2.3206>
- Qohhar, W., & Pazriansyah, D. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teaching Games For Understanding (TGfU) terhadap Peningkatan Hasil Belajar Teknik Dasar Sepakbola. *Physical Activity Journal*, 1(1), 27–36. <https://doi.org/https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.1998>
- Rachman, H. A. (2008). Teaching Games for Understanding (TGfU): Memahami Pendekatan Taktik sebagai Model Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(2), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jppi.v5i2.459>
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Majalengka: Nusa Media.
- Saputra, Y. M. (2020). *Teori Perkembangan dan Belajar Motorik*. Bandung: UPI Press.
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: PT. Tarsito.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.