

## Pengembangan Model Pengenalan Air Cabang Renang Tingkat Sekolah Dasar

Yoga Septia\*, Ade Jubaedi, Suranto

FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1

Telp : 089604664057, Email : [septiayoga38@gmail.com](mailto:septiayoga38@gmail.com)

**Abstract:** *Development Water Introduction Model At Elementary School. The purpose of this research are as follows: (1) to find out the need of development of swimming pool introduction model at primary school level for swimming ability and (2) to know how to develop water swimming pool introduction model at elementary school level. The research method used is research and development (R & D) with Borg and Gall development model. Data analysis using t-test to know the effectiveness of product development of water recognition model, that is the result of expert material assessment get very good result. The population in this study amounted to 65 students and the sample in this study were 32 students. Based on the result of the research, it can be concluded that: (1) there is a need to develop a swimming pool introduction model at the elementary level for swimming skills (2) there is a way to develop a swimming pool introduction model at elementary school level.*

**Keywords:** *introduction of water, swimming, elementary school*

**Abstrak:** **Pengembangan Model Pengenalan Air Cabang Renang Tingkat Sekolah Dasar.** Tujuan penelitian ini sebagai berikut: (1) untuk mengetahui kebutuhan pengembangan model pengenalan air cabang renang pada tingkatan sekolah dasar untuk keperluan kemampuan berenang dan (2) untuk mengetahui bagaimana cara mengembangkan model pengenalan air cabang renang pada tingkatan sekolah dasar. Metode penelitian yang digunakan ialah penelitian dan pengembangan (R&D) dengan model pengembangan Borg and Gall. Analisis data menggunakan t-test untuk mengetahui efektivitas produk pengembangan model pengenalan air, yaitu hasil penilaian ahli materi memperoleh hasil sangat baik. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 65 siswa dan sample dalam penelitian ini adalah 32 siswa. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan: (1) ada kebutuhan pengembangan model pengenalan air cabang renang pada tingkatan sekolah dasar untuk keperluan kemampuan berenang (2) ada cara mengembangkan model pengenalan air cabang renang pada tingkatan sekolah dasar.

**Kata kunci:** *pengenalan air, renang, sekolah dasar*

## PENDAHULUAN

Renang merupakan salah satu cabang olahraga aquatik. Renang adalah upaya untuk menggerakkan (mengapungkan atau mengangkat) semua bagian tubuh ke atas permukaan air. Renang biasanya dilakukan tanpa perlengkapan bantuan. Renang adalah cabang olahraga yang menggunakan anggota tubuh terutama bagian tangan dan kaki untuk bergerak di dalam air. Menurut Abdoelah (1981:270), Renang adalah suatu jenis olahraga yang dilakukan di air, baik di air tawar maupun di air asin atau laut. Selain itu, renang menurut Dwijowinoto (1992:1) adalah salah satu cabang olahraga yang bisa diajarkan pada semua umur, baik itu anak-anak maupun orang dewasa. bayi yang berumur beberapa bulan juga sudah bisa diajarkan renang.

Olahraga renang merupakan cabang olahraga yang mementingkan unsur kebugaran dalam diri seseorang dimana untuk melakukan olahraga renang seseorang dituntut untuk menjadi bugar dan sehat Abdoelah (1981:271). Renang merupakan cabang olahraga yang memiliki suatu peningkatan keberanian bagi seseorang dimana ketika untuk berolahraga renang selain di perlukannya tubuh yang sehat dan bugar diperlukan keberanian yang baik untuk melakukannya. Pada kelompok usia dini faktor keberanian sangat menunjang keberhasilan seseorang dapat melakukan cabang olahraga ini dimana pada saat melakukan diperlukan suatu keberanian yang khusus sehingga seseorang dapat melakukannya.

Berdasarkan hasil observasi, peneliti menemukan sesuatu masalah dimana pada kelompok usia dini banyak anak tidak berani melakukannya. Banyak sebab yang membuat seseorang tidak berani melakukannya ada faktor traumatik ketika ingin melakukan renang dikarenakan pernah tenggelam pada saat melakukan renang, ada juga yang seseorang tidak berani melakukannya secara langsung butuh seorang

pembimbing latihan. Selain disebabkan oleh tingkat keberanian dan faktor traumatik ada salah satu yang menjadi faktor yang membuat seseorang melakukannya dimana seorang instruktur renang maupun guru tidak memberikan pengenalan air terlebih dahulu sehingga pemahaman peserta didik terhadap air di kolam renang banyak yang tidak paham padahal faktor ini sangat mempengaruhi anak untuk dalam ketercapayannya kesuksesan anak dalam melakukan gerakan renang secara benar.

Pengenalan air dalam olahraga renang, sebelum memulai pelajaran gaya-gaya renang, hendaknya kita lebih dahulu memahmi bentuk-bentuk pengenalan air. Hal ini sangat diperlukan terutama bagi mereka yang kurang berani masuk air atau anak-anak yang berumur dibawah 10 tahun. Dari pengalaman telah membuktikan bahwa cara ini ternyata dapat menolong yang mempelajari renang perlombaan untuk dapat lebih menguasai gerakan-gerakan dasar. Untuk pengenalan air pertama-tama pelaku memegang air di atas kolam, kemudian masuklah ke dalam kolam dengan perlahan pada kolam yang dangkal. Guru atau pengajar bisa membuat permainan air untuk menciptakan suasana gembira, atau juga bisa sambil berjalan-jalan di dalam kolam.

Bagi pemula, untuk mengambil udara di atas permukaan air dan kemudian masuk permukaan air dengan pembuangan sisa-sisa pembakaran melalui mulut dan hidung memang tidak mudah. Terutama kebiasaan kita sehari-hari sangat mempengaruhi hal itu. Namun bila kita berikan latihan yang teratur, dalam tempo yang relatif tidak lama hal semacam itu mudah untuk dikuasai dengan baik.

Pengenalan air dibutuhkan oleh siswa yang belum pernah sama sekali belajar berenang, karena kemungkinan siswa ada yang masih takut masuk ke dalam kolam renang. Untuk itu, guru hendaknya memahami benar bentuk-bentuk pengenalan air.

Pengenalan air adalah suatu bentuk latihan dasar sebelum siswa diajarkan gaya renang.

Tujuan pembelajaran pengenalan air adalah untuk membentuk sikap, kemampuan, dan keterampilan mengambang atau mengapung dan meluncur pada permukaan air. Melalui kemampuan mengapung dan meluncur akan mempermudah siswa melakukan bentuk gerakan yang akan dipelajari. Secara khusus bagi siswa yang belum bisa berenang, pembelajaran pengenalan air bertujuan untuk:

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

Sehingga berdasarkan faktor-faktor tersebut, diperlukannya sebuah inovasi dalam dunia renang. Model yang dikembangkan adalah suatu model-model pengenalan air cabang renang tingkat sekolah dasar. Memberikan permainan-permainan menarik yang membuat peserta didik tertarik untuk melakukan gerakan renang secara benar. Melalui pendekatan yang baik dan beberapa sarana prasaran penunjang terhadap hasil gerakan menjadi lebih baik. Semula, guru dalam praktik mengajar hanya monoton memberikan materi olahraga saja, sesekali diselingi

oleh praktik, khususnya pada materi renang. Namun, praktik tersebut masih bersifat konvensional, bersifat menjenuhkan, karena biasanya siswa khususnya di sekolah dasar hanya ajarkan semata-mata untuk berenang saja tanpa memperdulikan apakah siswa tersebut bisa atau tidak dan faktor-faktor yang menjadi penghambat dalam pembelajaran renang tersebut. Guru biasanya sebatas memperkenalkan cara-cara berenang dan gaya-gaya renang yang menyebabkan siswa yang sudah tahu menjadi merasa malas belajar dan yang tidak bisa berenangpun kurang meminatinya. Sehingga dengan adanya hal tersebut, diperlukannya sebuah pengembangan model pengenalan air yang mampu menarik siswa untuk dapat mengenal renang dan mampu menguasai teknik-teknik dasarnya. Pada tingkat sekolah dasar guru dituntut untuk mampu berinovasi dalam proses belajar mengajar agar siswa tidak bosan. Salah satu inovasi tersebut ialah pengembangan model pengenalan air.

Tujuan penelitian ini sebagai berikut: (1) untuk mengetahui kebutuhan pengembangan model pengenalan air cabang renang pada tingkatan sekolah dasar untuk keperluan kemampuan berenang dan (2) untuk mengetahui bagaimana cara mengembangkan model pengenalan air cabang renang pada tingkatan sekolah dasar.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan penelitian pengembangan atau Research and Development. Definisi Research and Development menurut Putra (2012:67) adalah sebagai metode penelitian yang secara sengaja, sistematis, bertujuan atau diarahkan untuk menearitemukan, merumuskan, memperbaiki, mengembangkan, menghasilkan menguji keefektifan produk, model,

metode/strategi/cara, jasa, prosedur tertentu yang lebih baru, unggul, efektif, efisien, produktif dan bermakna. Sasaran pengembangan program ditujukan untuk siswa kelas III.

Proses uji coba penggunaan produk dilakukan menggunakan desain penelitian Borg and Gall. Ada banyak model penelitian pengembangan yang dapat kita gunakan, namun pada pembahasan kali ini, kita akan sedikit mengulas mengenai penelitian pengembangan dengan model Borg and Gall dalam Sugiyono Model penelitian pengembangan versi Borg and Gall ini meliputi sepuluh kegiatan, yaitu: (1) *Research and Information collection* (pengumpulan data), (2) *Planning* (perencanaan), (3) *Develop Preliminary form of Product* (pengembangan draft produk awal), (4) *Preliminary Field Testing* (uji coba lapangan awal), (5) *Main Product Revision* (revisi hasil uji coba), (6) *Main Field Testing* (uji lapangan produk utama), (7) *Operational Product Revision* (revisi produk), (8) *Operational Field Testing* (uji coba lapangan skala luas/uji kelayakan), (9) *Final Product Revision* (revisi produk final), dan (10) *Disemination and Implementasi* (Desiminasi dan implementasi).

Angket penilaian ahli yang menghasilkan data kuantitatif, diolah dan dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Dalam pengisian angket peneliti menggunakan skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial ini telah ditetapkan secara sesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap item instrumen menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat

positif sampai dengan sangat negatif.

Subjek uji coba penelitian ini meliputi ahli/pakar, guru Penjaskesrek dan 35 siswa SD Negeri 01 Labuhan Dalam. Instrumen yang digunakan pada penelitian pengembangan ini sesuai dengan tahap penelitian. Pada tahap penelitian pendahuluan, instrumen yang digunakan adalah pedoman observasi pedoman wawancara, angket pendapat guru tentang model pengenalan air yang digunakan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian pendahuluan diawali dengan analisis kebutuhan melalui angket wawancara dan observasi. Peneliti menyusun angket analisis kebutuhan pengembangan berdasarkan fakta dilapangan. Peneliti juga melakukan wawancara dengan instruktur, dosen menggunakan pedoman wawancara untuk memperoleh data kebutuhan pengembangan.

Pada penelitian ini model-model yang akan dibuat peneliti akan dirancang dengan variasi permainan menarik pada tahapan yang terstruktur terhadap tahapan pengenalan air pada kelompok sekolah dasar. Dilakukan secara individu dan berkelompok. Dimana langkah-langkahnya yakni:

1. Pada model pengenalan air satu, siswa diberi pemanasan dengan cara (a) anak diberikan pemanasan di atas air, (b) anak diberikan di dalam air, dan (c) anak diberikan tahapan pengenalan air dengan memasuk ke dalam air, dengan menggerakkan kaki sebagai tahap pengenalan air tahapan awal.
2. Pada model latihan pengenalan air dua:
  - a. Setelah dilakukan pemanasan air, maka siswa terjun ke air
  - b. Anak belajar pernapasan di air
  - c. Anak diberikan tahapan pengambilan pernapasan
  - d. Memberikan tahapan pernapasan di dalam air sebagai tahapan

- lanjutan
3. Pada model pengenalan air 3
    - a. Setelah dilakukan pemanasan, maka siswa terjun ke air
    - b. Anak melakukan tahapan permainan menggunakan lengan sebagai pembelajaran pengenalan air
    - c. Anak melakukan gerakan terus-menerus
    - d. Anak melakukan gerakan sambil berjalan dan mengepakkan tangan
  4. Pada model pengenalan air empat
    - a. Anak membentuk kelompok kecil
    - b. Melakukan perang air
    - c. Masing-masing anak menyipratkan air ke arah lawan
    - d. Setiap anak menghindari dari cipratan air
  5. Pada model pengenalan air lima
    - a. Setiap anak membagi kelompok
    - b. Pada permainan, ada satu anak membawa kain yang ditempelkan
    - c. Di setiap kelompok memiliki pemimpin yang menempelkan kainnya
    - d. Ketua tim bertugas menghindari dan memberikan perintah ke anggota untuk merebut kain yang tertempel
    - e. Kelompok yang dikatakan menang yakni ketika kainnya ditempelkan dapat dimiliki kelompok lawan
  6. Pada model pengenalan air enam
    - a. Setiap anak melakukan permainan lari di air
    - b. Setiap anak melakukan lari paling cepat
    - c. Pelari pertama yang berhasil ke garis finish diberi hadiah sebagai penghargaan terhadap ketercapaiannya
    - d. Anak melakukan tahapan secara tersu-menerus
  7. Pada model pengenalan air tujuh
    - a. Anak membentuk kelompok
    - b. Setiap anak melakukan permainan lari di air
    - c. Setiap anak melakukan lari paling cepat membawa tongkat estafet
    - d. Pelari berlari secepatnya memberikan tongkat kepada pelari kedua
    - e. Pelari pertama yang berhasil ke garis finish diberikan hadiah sebagai penghargaan terhadap ketercapaiannya
    - f. Anak melakukan tahapan secara terus menerus
  8. Pada model pengenalan air kedelapan
    - a. Anak membentuk kelompok
    - b. Setiap anak berdiri di pojok pinggir kolam
    - c. Bentuk permainan seperti permainan benteng-bentengan
    - d. Pemain berlari mengejar pemain yang paling lama meninggalkan bentengnya
    - e. Pemain yang tertangkap masuk ke dalam penjara yang telah dibuat
    - f. Kelompok dikatakan menang ketika mendapatkan kelompok lawan paling banyak
  9. Pada model pengenalan air kesembilan
    - a. Anak membentuk lingkaran
    - b. Setiap anak diberikan bola
    - c. Anak melakukan lemparan untuk mengumpan kepada teman yang berada paling dekat
    - d. Anak melakukan lemparan kepada teman terjauh
    - e. Anak bermain dengan bola mengumpan dan memainkan bola di air sehingga anak merasa senang dan tidak takut bermain di air
  10. Pada model pengenalan air kesepuluh

- a. Anak membentuk kelompok
- b. Setiap kelompok memiliki satu pemimpin
- c. Setiap kelompok membuat benda yang akan menjadi sasaran tembak
- d. Tugas pemimpin mengawasi daerah pertahanannya dan membuat penyerangan
- e. Setiap anggota dan pemimpin melakukan menggiring dan melempar bola hingga terkena benda yang menjadi pertahanan
- f. Kelompok dikatakan menang apabila paling banyak mengenai benda sasaran yang dibuat.

Kemudian indikator tersebut dijadikan titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap item instrumen menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai dengan sangat negatif. Pada bagian hasil pengembangan model pengenalan air cabang renang tingkat sekolah dasar, yang ditunjukkan untuk hasil sebuah produk baru dalam pengembangan alat tes pengukuran kelincihan yang efektif, akan disajikan data hasil analisis kebutuhan melalui wawancara oleh dosen renang dan penyebaran kuisioner, data validasi ahli renang yang diperoleh hasil melalui kuisioner dari dua orang dosen prodi pendidikan olahraga satu praktisi olahraga di Universitas Lampung. Pada pengembangan model pengenalan air cabang renang tehnik yang digunakan untuk mengolah data hasil penelitian dari ahli renang, sebagai subjek uji coba pada penelitian ini adalah siswa SD Negeri 1 Labuhan Dalam.

Dari hasil wawancara dari dosen renang diperoleh hasil sebagai berikut : (1) Perlunya ada suatu pengembangan model pengenalan air sebagai penerapan model latihan renang yang baik dan benar, (2) Tahap pengenalan air sangat penting dalam perkembangan gerak dasar renang,

(3) Untuk mencapai tujuan pembelajaran gerak dasar renang yang lebih baik.

Setelah peneliti melakukan tahap pengumpulan dan pembuatan draf model latihan pengenalan air untuk kelompok sekolah dasar. Langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti melakukan uji ahli. Uji ahli dilakukan yang bertujuan untuk mendapatkan kelayakan atau validitas model yang dihasilkan dengan penilaian langsung dari para ahli renang. Peneliti menghadirkan satu orang ahli dalam bidang renang dua orang berprofesi sebagai dosen olahraga dan seorang pelatih renang dalam penilaian kelayakan model latihan pengenalan air renang untuk pemula usia Sekolah Dasar (SD).

Berdasarkan uji kelayakan yang dilakukan oleh ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa variasi model latihan pengenalan air untuk kelompok sekolah dasar, dua model latihan dinyatakan tidak layak sehingga total model latihan berubah yang awalnya berjumlah 12 model latihan menjadi 10 model latihan pengenalan air untuk kelompok sekolah dasar dan dapat diimplementasikan kepada siswa.

Untuk mengetahui efektifitas produk berupa model latihan keterampilan meluncur pada renang yang diujicobakan pada 32 subjek penelitian siswa siswi Negeri 1 Labuhan Dalam apakah efektif atau tidak, maka ada data yang harus dikumpulkan yaitu tentang data meluncur. Pengumpulan data ini dilakukan setelah uji kelompok besar/uji coba lapangan 2. Berdasarkan penelitian maka ada perbedaan hasil yang diperoleh antara pretest dan posttest sehingga dikatakan efektif. Dalam uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 16 didapat hasil  $t$ -hitung = 10.285,  $df = 31$  dan  $p$ -value =  $0.00 < 0.05$  yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan terhadap keterampilan meluncur sebelum dan sesudah adanya perlakuan model meluncur.

Berdasarkan hasil penelitian yang dihasilkan dapat disimpulkan bahwa

model latihan pengenalan air untuk kelompok sekolah dasar yang dikembangkan memiliki tingkat efektifitas yang signifikan. Model latihan pengenalan air untuk pemula sekolah dasar ini dibuat oleh peneliti agar dapat menjadi referensi yang dapat membantu pelatih dalam memberikan variasi latihan pengenalan air. Model ini disusun berdasarkan atas kebutuhan anak dalam ekstrakurikuler renang dan pembelajaran renang. Setelah produk ini dievaluasi mengenai beberapa kelemahan yang ada dan dilakukan pembenahan produk untuk hasil yang lebih baik.

### KESIMPULAN

Dari hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian disimpulkan bahwa :

1. Ada kebutuhan pengembangan model pengenalan air cabang renang pada tingkatan sekolah dasar untuk keperluan kemampuan berenang
2. Adanya cara mengembangkan model pengenalan air cabang renang pada tingkatan sekolah dasar

### SARAN

Berdasarkan hasil pengembangan pengenalan air tingkat sekolah dasar maka perlu dikemukakan beberapa saran oleh peneliti sehubungan dengan produk yang dihasilkan. Adapun saran-saran yang dikemukakan meliputi saran pemanfaatan dan saran pengembangan lebih lanjut.

#### 1. Saran Pemanfaatan

Produk pengembangan ini merupakan pengembangan model pengenalan air sekolah dasar. Apabila model pengembangan model pengenalan air sekolah akan dimanfaatkan pada tahap dasar gerakan renang, maka sebaiknya testor perlu membantu dan menyediakan fasilitas yang dibutuhkan sebagai efisiensi latihan. Selain itu,

apabila produk model pengenalan air sekolah dasar akan dimanfaatkan sebagai acuan pengenalan gerak dasar renang, sebaiknya lebih meningkatkan profesionalitasnya agar pengguna alat ini dapat berlangsung secara efektif dan efisien.

#### 2. Saran pengembangan lebih lanjut

Dalam pengembangan produk model pengenalan air sekolah dasar peneliti mempunyai beberapa saran, yaitu : (a) Produk model pengenalan air sekolah dasar ini masih memerlukan pengkajian dan uji secara intensif dan berkelanjutan, serta diberlakukan pada lingkup yang lebih luas yang mempunyai karakteristik lebih beragam (heterogen), sebagai upaya untuk memperoleh umpan balik guna melakukan penyempurnaan produk ; (b) Subjek yang terlibat dalam kegiatan evaluasi dan uji coba perlu lebih di perluas dengan melibatkan lebih banyak ahli atau pakar (c) Diharapkan nantinya akan ada peneliti yang dapat mengembangkan model pengenalan air sekolah dasar lebih banyak.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Alwi, Hasan. 2007. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka.
- Abdoellah, Arma. 1981. *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. S.T.O. PT. Sastra Hudaya.
- Dumadi, Dwijowinoto, Kasiyo, 1992. Renang Materi Metode Penilaian, Depdikbud
- Putra, Nusa (2012). *Research and Development* Penelitian dan Pengembangan. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Tindakan Pendekatan R & D* Bandung: Alfabeta.
- .