

**PERBANDINGAN MODEL PEMBELAJARAN *KOOPERATIFE* DAN  
PEMBELAJARAN LANGSUNG TERHADAP KETERAMPILAN  
RENANG GAYA DADA**

**Jurnal**

**Oleh**

**ALI FAIS**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2015**

**ABSTRACT****COMPARISON OF *COOPERATIFE* MODEL LEARNING AND  
DIRECTLY LEARNING TO SKILL POOL BREASTSTROKE****By****ALI FAIS****Menthor:****Drs. Frans Nurseto, M.Psi.****Drs. Suranto, M.Kes**

This research purposed to determine the difference between cooperative learning model and direct instructional model to the breaststroke swimming skills of the students at the eleventh class of SMA Al-Kautsar Bandar Lampung. The method used in this research was experimental method based on the calculation and analysis data from the the breaststroke swimming skills test through a cooperative learning model increased 33,3%. Similarly, the average breaststroke swimming skills with direct instructional model increased 37,3%. The conclusion of this research indicated that the direct instructional is better than the cooperative learning model for breaststroke swimming skills of the students at SMA Al-Kautsar Bandar Lampung.

**Keywords** : cooperative learning, direct learning, , swimming

**ABSTRAK****PERBANDINGAN MODEL PEMBELAJARAN *KOOPERATIFE* DAN  
PEMBELAJARAN LANGSUNG TERHADAP KETERAMPILAN  
RENANG GAYA DADA****Oleh****ALI FAIS****Pembimbing:****Drs. Frans Nurseto, M.Psi.****Drs. Suranto, M.Kes**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan Perbandingan Model Pembelajaran *Kooperatife* dan Model Pembelajaran Langsung terhadap Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data yang diperoleh dari tes pengukuran pada penelitian ini adalah rata-rata keterampilan renang gaya dada melalui model pembelajaran *kooperatif* meningkat sebesar 33,3%. Demikian pula rata-rata keterampilan renang gaya dada dengan model pembelajaran langsung meningkat sebesar 37,3%. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa Perbandingan Model Pembelajaran Langsung lebih baik dibandingkan Model Pembelajaran Kooperatif terhadap Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung.

**Kata kunci** : pembelajaran langsung, pembelajaran *kooperatif*, renang

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Secara umum renang adalah olahraga yang cukup populer di Indonesia, tidak ada batasan usia untuk bisa berenang, karena dari kecil sampai tua menyukai aktivitas berendam di dalam air. Olahraga renang sebenarnya sangat baik untuk pertumbuhan tubuh, terutama bagi para remaja. Jika dilakukan rutin 3 kali dalam seminggu, otot-otot akan menjadi terbentuk dan menjadi lebih kencang. Oleh karena itu guru Pendidikan Jasmani harus bisa memilih model apa yang cocok dan tepat dalam proses pembelajaran renang gaya dada tersebut, maka dari itu penulis tertarik untuk menerapkan model yang cocok yaitu dengan model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran langsung

Berdasarkan survey pada penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung, guru kurang aktif dalam proses pembelajaran renang gaya dada karena guru tidak langsung terjun ke lapangan untuk memberikan contoh gerakan renang gaya dada yang benar sehingga para siswa yang kurang paham merasa kebingungan karena guru hanya memberikan teori dan memberikan contoh gerakan dengan menugaskan beberapa siswa yang kurang menguasai gerakan renang gaya dada untuk memperagakan kepada siswa yang lain, sehingga kurangnya keefektifan proses belajar mengajar. Urgenitas dari permasalahan perbandingan model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran langsung terhadap keterampilan renang gaya dada, yaitu model pembelajaran manakah yang paling cocok di terapkan dalam keterampilan renang gaya dada.

### Identifikasi Masalah

1. Rendahnya keterampilan teknik renang gaya dada pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung.
2. Banyaknya model pembelajaran teknik gerak dasar renang gaya dada yang perlu dipertimbangkan guru Pendidikan Jasmani di sekolah sebagai alternatif untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam menguasai keterampilan renang gaya dada.
3. Kenyataan menunjukkan bahwa aktifitas belajar siswa masih kurang termotivasi dalam mengikuti pembelajaran renang gaya dada.

### Rumusan Masalah

1. Apakah keterampilan gerak dasar renang gaya dada dengan menggunakan model pembelajaran Kooperatif akan berhasil?
2. Apakah keterampilan gerak dasar renang gaya dada dengan menggunakan model pembelajaran langsung akan berhasil?
3. Model pembelajaran manakah yang lebih efektif antara model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran langsung terhadap keterampilan renang gaya dada pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung?

### Tujuan Penelitian

1. Menganalisis model pembelajaran kooperatif terhadap keterampilan renang gaya dada pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar.
2. Menganalisis model pembelajaran langsung terhadap keterampilan renang gaya dada pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar.

3. Membandingkan dan menganalisis kedua model pembelajaran tersebut terhadap keterampilan renang gaya dada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar. menggunakan/menekankan pada aktifitas fisik yang mengembangkan fitness, fungsi organ tubuh, kontrol neuro-muscular, kekuatan intelektual, dan pengendalian emosi”.

### **Manfaat Penelitian**

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain bagi:

1. Bagi Peneliti
2. Bagi Siswa
3. Bagi Guru
4. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

### **Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Pendidikan Jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan, bentuk-bentuk aktivitas fisik yang lazim digunakan oleh siswa akan sesuai dengan muatan yang tercantum dalam kurikulum adalah bentuk gerak-gerak olahraga dengan tujuan untuk menggali potensi siswa. Hal ini sesuai yang disampaikan Suranto (1994) yang menyatakan bahwa :“ Mendefinisikan pendidikan jasmani sebagai proses yang menguntungkan dalam penyesuaian dari belajar gerak, neuro-muscular, intelektual, social, kebudayaan, baik emosional dan etika sebagai akibat yang timbul melalui pilihannya yang baik melalui aktivitas fisik yang menggunakan sebagian besar otot tubuh”.

Hal tersebut juga dikatakan oleh Suranto (1994) mendefinisikan : “Pendidikan Jasmani sebagai sebuah aspek dari proses pendidikan keseluruhan dengan

### **Belajar dan Pembelajaran**

#### **Belajar**

Belajar merupakan proses perubahan tingkah laku dari tidak tahu menjadi tahu, dari yang tidak bisa menjadi bisa karena adanya interaksi dengan lingkungannya. Hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh pendapat Husdarta dan Yudha (2000) bahwa “belajar dimaknai sebagai proses perubahan tingkah laku sebagai akibat dari interaksi antara individu dengan lingkungannya”. Selanjutnya Slameto (2010) menjelaskan bahwa “belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya”.

#### **Pembelajaran**

Dalm proses pembelajaran guru memiliki peranan penting dalam memberikan pelajaran, dimana guru harus bisa mengelola dan merencanakan dalam pembelajaran hal ini sesuai yang diungkapkan oleh Tile (2011) “ Pembelajaran adalah segala kegiatan yang dirancang oleh guru untuk membantu seseorang mempelajari suatu kemampuan atau nilai yang baru dalam suatu proses yang sistematis melalui tahapan rancangan, pelaksanaan dan evaluasi dalam konteks kegiatan pembelajaran”.

#### **Model Pembelajaran Kooperatif**

Solihatin. E (2011) mengatakan bahwa Pembelajaran Kooperatif adalah

suatu model pembelajaran dimana siswa belajar dan bekerja dalam kelompok-kelompok kecil secara kolaboratif yang anggotanya terdiri dari 4 - 6 orang untuk memahami konsep yang difasilitasi oleh guru. Model pembelajaran kooperatif merupakan model pembelajaran dengan seting kelompok-kelompok kecil dengan memperhatikan keragaman anggota kelompok sebagai wadah siswa bekerjasama dan memecahkan suatu masalah melalui interaksi sosial dengan teman sebayanya, memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mempelajari sesuatu dengan baik pada waktu bersamaan dan ia menjadi narasumber bagi teman yang lain.

### **Model Pembelajaran Langsung**

Model pembelajaran langsung merupakan salah satu model yang digunakan untuk mengembangkan keterampilan karena siswa bisa secara langsung melihat apa yang dipraktikkan oleh guru. Sesuai yang telah diungkapkan oleh Indana dan Rosdiani. D (2012) bahwa "Belajar yang dialami manusia sebagian besar diperoleh dari suatu permodelan, meniru perilaku dan pengalaman *vicarious* (keberhasilan dan kegagalan) orang lain.

Secara umum tiap-tiap model pembelajaran tentu terdapat kelebihan dan kekurangan yang membuat model pembelajaran tersebut lebih baik digunakan dibanding dengan model pembelajaran yang lainnya. Seperti yang dijelaskan oleh Rosdiani. D (2012) model pembelajaran langsungpun mempunyai beberapa kelebihan dan kekurangan yang disajikan sebagai berikut :

### **Teknik Renang Gaya Dada**

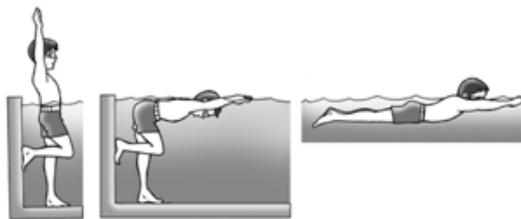
Berenang merupakan olahraga yang sangat dianjurkan untuk dipelajari

dan rutin dilakukan. Karena selain murah, berenang merupakan olahraga yang mudah dan cepat untuk dipelajari, bermanfaat untuk melatih seluruh otot tubuh anak-anak, hendaknya dilatih berenang, sebagai dasar dari berbagai macam olahraga dan pembentukan tubuh. Salah satu gaya berenang yang mudah diajarkan adalah gaya dada (gaya Katak) .

Renang gaya dada atau gaya katak adalah berenang dengan posisi badan/dada menghadap ke permukaan air, kedua kaki menendang ke arah luar sedangkan kedua tangan dibuka melebar ke samping seperti gerakan membelah air agar badan lebih cepat ke depan. Gerakan tubuh meniru gerakan katak waktu berenang sehingga gerakan gaya dada sering juga disebut gaya katak. Renang gaya dada dibandingkan dengan gaya lainnya merupakan gaya yang paling lambat lajunya.

### **Pelaksanaan dan latihan teknik meluncur**

1. Berdiri dipinggir kolam, salah satu kakimenempel pada dinding kolam dengan posisi ditekuk.
2. Badan dibungkukan de depan sejajardengan permukaan air dan kedua lengandiluruskan mengapit telinga.
3. Tolakan kaki yang menempel di dinding kuat-kuat, badan akan meluncurke depan
4. Tubuh lurus dan jaga keseimbangan, posisi badan di atas permukaan air (stream line).



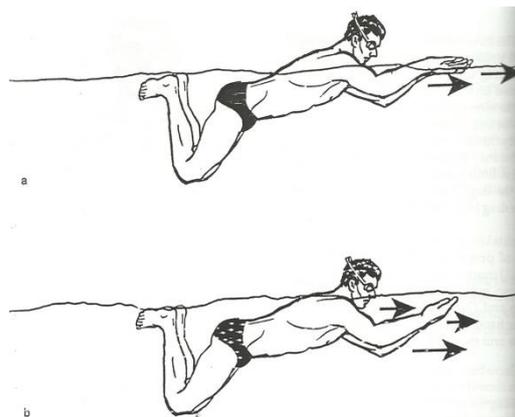
Gambar 1. Teknik Meluncur

### Teknik Pengambilan Napas

Pernapasan pada renang gaya dada dilakukan dengan cara mengangkat kepala ke arah depan, pandangan melihat ke arah depan sehingga mulut keluar dari permukaan air. Naiknya kepala diusahakan sedikit mungkin hanya secukupnya untuk dapat bernapas. Naiknya kepala sedikit mungkin ini akan mengakibatkan dapat dipertahkannya posisi badan yang *stream line*. Begitu juga *recovery* lengan, kepala diturunkan sedikit, sehingga hanya sebagian kecil dari rambut yang masih di atas permukaan air. Pengambilan napas dilakukan pada kepala naik ke atas permukaan air, mulut dibuka lebar sehingga udara dapat masuk secara bebas. Pengeluaran udara dilakukan pada saat kepala akan keluar dari permukaan air, hembusan udara melalui mulut secara tepat (*eksplosif*)

Gerakan lengan pada gaya dada terdiri dari 2 bagian:

- Gerakan mendayung, yaitu gerakan yang menghasilkan dorongan maju.
- Gerakan *recovery* yang merupakan gerakan kontra atau gerakan yang menghasilkan tahanan bagi perenang.

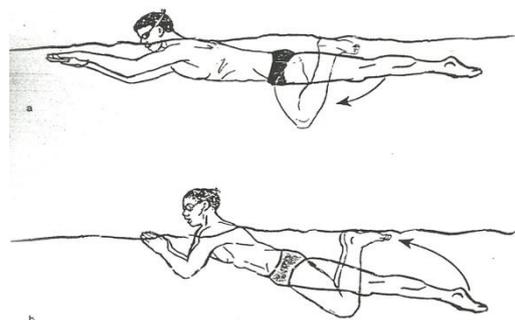


Gambar 2. Teknik Pengambilan Napas

### Teknik Gerakan Tungkai

Siswa melakukan gerakan tungkai ( dilakukan diluar kolam ) :

- Dengan tengkurap, posisi kaki rapat, pergelangan kaki keluar.
- Tekuk lutut sampai menyentuh pantat dengan posisi mata kaki dalam keluar.
- Arahkan telapak kaki menghadap ke atas.
- Memutar pergelangan kaki berulang kali.
- Dengan posisi di atas, sentakkan kaki ke belakang sehingga lurus kembali.



Gambar 3. Teknik Gerakan Tungkai

Gerakan tungkai dapat dilakukan dengan 5 hitungan, yaitu :

- Menekuk lutut
- Memutar pergelangan kaki
- Membuka kaki
- Melecutkan kaki
- Letakkan kaki

## Kerangka Pemikiran

Kedudukan model pembelajaran dalam proses pencapaian tujuan pembelajaran sangatlah penting, hal ini berkaitan dengan interaksi belajar yang akan dilaksanakan oleh guru kepada siswa. Seperti yang diungkapkan oleh Joyce dan Well (2011) bahwa “model pembelajaran yaitu suatu pola atau rencana yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang), merancang bahan-bahan pembelajaran, dan membimbing pembelajaran di kelas bahkan yang lain”.

Di dalam model pembelajaran kooperatif guru tidak terlalu penting dalam proses pembelajaran renang gaya dada, lebih menekankan kepada kelompok siswa tersebut dan guru hanya sebagai pengawas mereka saja. Sedangkan model pembelajaran langsung guru sangat berperan dalam proses pembelajaran renang gaya dada karena guru mentransformasikan informasi atau keterampilannya secara langsung kepada siswa secara langsung.

## Hipotesis

Sumadi. S (1983). “Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya masih harus di uji secara empiris”.

Berdasarkan beberapa teori di atas penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut :

1. Kurang efektif nya model pembelajaran kooperatif untuk meningkatkan keterampilan renang gaya dada pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung.

2. Model pembelajaran langsung dapat meningkatkan keterampilan renang gaya dada pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran langsung terhadap keterampilan renang gaya dada pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung.
4. Hasil keterampilan renang gaya dada dengan model pembelajaran *kooperatif* lebih rendah dibandingkan dengan hasil keterampilan renang gaya dada dengan model pembelajaran *langsung*.

## III. METODOLOGI PENELITIAN

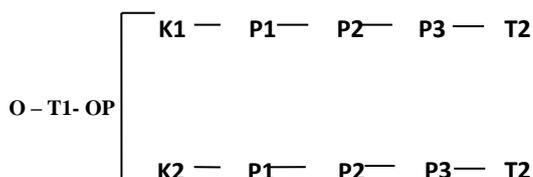
### Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Metode eksperimen bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh akibat dari suatu perlakuan atau treatment. Hal ini sesuai pendapat Surakhmad (1982) bahwa eksperimen ialah mengadakan kegiatan percobaan untuk melihat suatu hasil, tujuan eksperimen bukanlah pada pengumpulandata melainkan pada penemuan faktor-faktor penyebab, karena itu di dalam eksperimen orang akan menemukan dinamika interaksi antar variabel.

Demikian pula pendapat Arikunto. S (2002) bahwa eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan meminimalisir atau mengurangi atau menyisihkan faktor lain yang bisa mengganggu.

## Rancangan Penelitian

Adapun rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *random pre-test post-test group design*, yaitu rancangan penelitian yang berdasarkan pembagian kelompok, diawali dan diakhiri dengan melakukan tes pada masing-masing kelompok. Sedangkan rancangannya dapat dilihat pada bagan berikut :



## Populasi dan Sampel

### Populasi

Dalam penelitian ini yang digunakan sebagai objek penelitian adalah seluruh siswa SMA Al-Kautsar Kelas XI Bandar Lampung.

### Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *proporsional random sampling*,

Menurut Arikunto. S (2006) Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Apabila subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sebaliknya jika subjeknya lebih besar dari 100 dapat diambil antara 10-15%.

Karena jumlah siswadi kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung terdapat 240 siswa, populasi lebih dari 100 maka sampel populasi yang di ambil adalah 24 siswa, yang terdiri dari 12 siswa putra dan 12 siswa putri.

## Teknik Pengambilan Data

Dalam penelitian ini, sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok yang diberi perlakuan dengan model pembelajaran kooperatif dan kelompok yang diberi perlakuan dengan model pembelajaran langsung. Kedua kelompok tersebut diberi tes keterampilan renang gaya dada. Alat ukur yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah tes keterampilanrenang gaya dada.

## Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat ukur data menurut Arikunto. S (2006) bahwa : “ instrumen adalah alat pada waktu peneliti menggunakan metode”. Dalam penelitian ini diperlukan alat ukur untuk mengetahui keberhasilan siswa atau kekurangan siswa yang sudah tercapai. Nurhasanah (2000) mengemukakan bahwa : “ dalam proses pengukuran membutuhkan alat ukur .

## Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan yaitu analisis statistic data yang dianalisis adalah data tes hsil renang gaya dada pada tes awal dan tes akhir, setelah dataterkumpul kemudian dilakukan pengolahan data. Sebelum dilakukan pengolahan atau analisis data penelitian terlebih dahulu diadakan uji prasyarat analisis yang meliputi Uji Homogenitas dan Uji T.

## IV.HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Teknik analisis data dalam pengujian hipotesis adalah uji t sempel bebas (*independent*) termasuk teknik analisis statitik parametric. Data-data

yang terdapat dalam penelitian diolah dan dianalisis berdasarkan langkah-langkah penelitian yang telah diuraikan pada bab III. Adapun hasil dari pengolahan dan analisis data tersebut penulis uraikan pada tabel-tabel dibawah ini :

Kelompok	Periode tes	Rata-Rata $\bar{x}$	Standar Deviasi
Model Pembelajaran Kooperatif	Tes Awal	23,3	1,670
	Tes Akhir	33	1,929
Model Pembelajaran Langsung	Tes Awal	22,8	1,815
	Tes Akhir	37,3	2,864

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa rata-rata tes awal kelompok model pembelajaran kooperatif sebesar 23,3 dengan simpangan baku 1,670 dan rata-rata dengan model pembelajaran langsung sebesar 22,8 dengan simpangan baku sebesar 1,815. Sedangkan rata-rata tes akhir kelompok pembelajaran kooperatif sebesar 33 dengan simpangan baku sebesar 1,929 dan rata-rata model pembelajaran langsung sebesar 37,3 dengan simpangan baku sebesar 2,864.

### Analisis Data

#### Uji Homogenitas

Tabel 3. Hasil analisis homogenitas data

kelompok	$F_{hitung}$	$F_{tabel}$	Kesimpulan
Model Pembelajaran Kooperatif	2,76	2,82	Homogen

Model Pembelajaran Langsung	2,49	2,82	Homogen
-----------------------------	------	------	---------

Pada tabel di atas berdasarkan uji F, diperoleh  $F_{hitung}$  pada perbandingan keterampilan Renang Gaya Dada, antara kelompok model pembelajaran kooperatif dan kelompok model pembelajaran langsung. Ternyata hasil perhitungan  $F_{hitung} < F_{tabel}$  artinya masing – masing kedua kelompok sama (homogen).

#### Uji Signifikan

Tabel 4. Hasil penghitungan dan uji signifikan peningkatan hasil pembelajaran masing – masing kelompok.

Kelompok	Periode tes	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	Signifikan
Model Pembelajaran Kooperatif	Tes awal	17,13	2,201	signifikan
	Tes akhir			
Model Pembelajaran Langsung	Tes awal	28,21	2,201	Signifikan
	Tes akhir			

. Dari hasil pengujian signifikan dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif diperoleh  $t_{hitung} = 17,13$  lebih besar dari  $t_{tabel} = 2,201$ . Jadi model pembelajaran *kooperatif* memberikan pengaruh yang signifikan

terhadap keterampilan renang gaya dada.

Penghitungan selisih dan uji signifikan perbedaan keterampilan renang gaya dada dengan model pembelajaran *kooperatif* dan model pembelajaran langsung dihitung melalui uji signifikan rata-rata satu pihak yaitu uji t. Dari hasil pengujian tersebut diperoleh bahwa  $t_{hitung}$  (2,733) lebih besar dari  $t_{tabel}$ .

Berdasarkan tabel di atas nampak sekali bahwa kemampuan renang gaya dada pada siswa – siswi yang diajar dengan menggunakan model pembelajaran langsung mengalami peningkatan yang signifikan. Dengan demikian peningkatan kemampuan keterampilan renang gaya dada siswa – siswi SMA Al-Kutsar setelah diajar dengan model pembelajaran langsung lebih tinggi dibanding dengan model pembelajaran *kooperatif*.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis statistik menunjukkan adanya perbedaan antara kemampuan keterampilan renang gaya dada antara siswa-siswi yang diajar dengan model pembelajaran langsung dengan model pembelajaran *kooperatif*.

Pembelajaran langsung lebih baik dibandingkan dengan model pembelajaran *kooperatif*, hal ini disebabkan: (1) karena kesempatan melakukan keterampilan renang gaya dada pada model pembelajaran langsung lebih terfokus pada kegiatan mengamati dan demonstrasi dibandingkan dengan model pembelajaran *kooperatif*, (2) model pembelajaran langsung dalam pelaksanaan pembelajaran renang gaya dada yaitu siswa-siswi dapat terfokus pada latihan gerakan, dan dibantu

langsung oleh guru sehingga sangat efektif dalam pengajaran renang, khususnya pada keterampilan renang gaya dada.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Model pembelajaran *kooperatif* dapat meningkatkan kemampuan keterampilan renang gaya dada dengan rata-rata keterampilan sebesar 30,3.
2. Model pembelajaran langsung dapat meningkatkan kemampuan keterampilan renang gaya dada dengan rata-rata keterampilan sebesar 37,7.
3. Model pembelajaran langsung lebih baik peningkatannya dari pada model pembelajaran *kooperatif* terhadap keterampilan renang gaya dada pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar

### Saran

1. Guru pendidikan jasmani dan olahraga dalam melakukan pembelajaran agar dapat memilih model pembelajaran yang tepat sehingga hasil belajar gerak pada setiap cabang olahraga akan meningkat secara efektif.
2. Untuk mengefektifitaskan model pembelajaran langsung hendaklah pihak sekolah meningkatkan kegiatan belajar mengajar khususnya keterampilan renang gaya dada.
3. Pada guru dan siswa, hendaknya memahami hukum-hukum mekanik, sehingga pelaksanaan model pembelajaran langsung dapat menghasilkan kemampuan serta keterampilan renang gaya dada lebih optimal.

Peneliti, perlu dikaji lebih komperhensif dengan objek penelitian yang lebih banyak serta variabel yang berbeda.

Suranto. 1994. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Alfabeta.

Tile. 2011. *Model Pembelajaran*. Malang : Surya Cipta.

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto. S. 2002. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.

Arikunto. S. 2006. *Dasar-dasar Penelitian*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.

Husdarta dan Yudha. 2000. *Modul Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta : PT. Nusantara.

Joyce dan Well. 2011. *Metodologi Pembelajaran*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.

Nurhasanah. 2000. *Instrumen Penelitian*. Malang : PT. Raja Garindo Persada.

Rosdiani. D. 2012. *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : Alfabeta.

Slameto. 2010. *Modul Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta : Sinar Cipta.

Solihatin. E. 2011. *Cooperative Learning*. Jakarta : Bumi Aksara.

Surakhmad. 1982. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Surya Cipta.

Sumadi. S. 1983. *Metode Pembelajaran Efektif*. Jakarta : Agrindo.