

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. “pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan, jadi apa yang dapat dicapai oleh pendidikan jasmani harus dapat membantu mengembangkan pribadi anak sesuai dengan tujuan pendidikan, karena pada hakikatnya pendidikan berusaha untuk memberikan kesempatan berkembangnya semua aspek pribadi anak atau manusia sehingga tujuan pendidikan harus berdasar pada ranah (domain) pendidikan atau aspek pribadi manusia”.

Program studi pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi adalah program studi yang mencetak tenaga kerja pengajar pendidikan jasmani. Dalam berbagai mata kuliah yang ditempuh secara garis besar melahirkan pengajar profesional yang akan memberikan kontribusi besar untuk pendidikan di Indonesia dan hasil akhir dari program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi adalah calon guru pendidikan jasmani di sekolah menengah yang memiliki kemampuan di bidang akademik dan profesi yang handal. Dalam kehidupan suatu bangsa pada dasarnya, faktor-faktor pendidikan mempunyai peranan yang penting untuk

menjamin perkembangan dan kelangsungan hidup bangsa. Secara tidak langsung maupun langsung, pendidikan adalah suatu usaha dalam menyiapkan pertumbuhan dan menerapkan anak melalui bimbingan, kegiatan, pengajaran, serta pelatihan kehidupan dimasa yang akan datang. Untuk mencapai keberhasilan tentunya perlu dukungan dan partisipasi aktif yang bersifat terus menerus dari semua pihak yaitu orang tua dan anggota masyarakat yang berada disekelilingnya. PJOK memiliki peranan penting dalam penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. PJOK pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila. Dalam pelaksanaannya aktivitas jasmani digunakan sebagai wahana pengalaman belajar siswa tumbuh dan berkembang untuk mencapai tujuan pendidikan.

Di dalam PJOK terdapat 7 (tujuh) ruang lingkup yaitu permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas, dan kesehatan. Diantaranya materi yang tertera di atas semua

aktivitas geraknya dilakukan di darat, hanya pendidikan aktivitas air yang dilakukan di dalam air. Aktivitas air meliputi permainan di air, keselamatan saat di air, keterampilan bergerak di air, dan berenang serta aktivitas lainnya. Di dalam kehidupan sehari-hari seseorang tidak hanya hidup di ruang lingkup dataran saja, namun ada kalanya seseorang harus mampu dan bertahan apabila berada di dalam air.

Renang merupakan suatu kegiatan yang sangat penting untuk dikuasai oleh seorang individu untuk mempertahankan dirinya pada saat berada di air, sehingga tidak akan terjadi cedera atau kejadian yang tidak diinginkan. Selain untuk menjaga keselamatan atau alat perlindungan diri, renang pada era yang modern saat ini juga digunakan untuk meraih prestasi yang berguna bagi kehidupan individu tersebut.

Renang gaya bebas adalah yang paling cepat dari semua gaya, dan gaya paling populer yang digunakan dalam renang rekreasi dan pertandingan. Dalam gaya bebas kedudukan tubuh perenang berada dalam keadaan tengkurap, sikap melintang, lengan lurus tepat di atas kepala, mengambang seperti batang kayu. Renang juga dapat menghilangkan kalori yang banyak dan membuat otot lebih kencang. Olahraga renang termasuk olahraga yang paling menyehatkan karena hampir semua otot tubuh bergerak dan berkembang. Permainan kecil merupakan hasil terjemahan dari frase *traditional games* yang memiliki makna bahwa permainan yang diadaptasi dari permainan tradisional yang ada di masyarakat. Permainan kecil adalah suatu bentuk permainan yang tidak mempunyai peraturan yang baku, baik mengenai peraturan permainannya, pemimpin permainan, media

yang digunakan, ukuran lapangan, maupun durasi permainannya. Permainan dapat disesuaikan dengan keadaan, situasi, dan kondisi yang ada pada saat berlangsungnya kegiatan bermain. Selain itu, permainan kecil juga tidak mempunyai induk organisasi resmi baik yang bersifat nasional maupun internasional. Permainan adalah situasi bermain yang terkait dengan beberapa aturan atau tujuan tertentu.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis, siswa di SMP Negeri 18 Kota Bekasi bahwa ketika melakukan renang peserta didik hanya mengetahui renang gaya bebas itu sekedar berenang dan tidak mengetahui apakah gerakan yang dilakukan sudah benar, sedangkan pada sisi proses pembelajaran terlihat masih ada sebagian anak yang kurang antusias pada saat pembelajaran sedang berlangsung, perhatian anak terlihat kurang ketika guru sedang melakukan praktek di kolam renang, hal ini disebabkan adanya kecenderungan anak lebih suka memilih cabang olahraga sesuai dengan keinginan mereka sendiri seperti sepak bola, bola voli dan olahraga lainnya, dan setelah peneliti mengetahui kurangnya minat anak dalam olahraga renang dan hasilnya kurang maksimal.

Hal ini dikarenakan anak belum sepenuhnya memahami unsur-unsur pendukung agar terlaksana gerakan renang yang baik dan benar. Adapun unsur-unsur yang dimaksud disini oleh peneliti adalah: (1) posisi start, (2) bentuk gerakan saat renang, (3) gerakan pada saat tiba di garis finish. Selain ketiga unsur diatas ada satu hal yang perlu menjadi perhatian khususnya dalam renang yaitu metode permainan yang digunakan.

Menurut peneliti permasalahan yang dialami oleh siswa di SMP Negeri 18 Kota Bekasi seperti yang dibahas sebelumnya. Melihat sedemikian besar perannya seorang guru terhadap hasil belajar anak maka diharapkan guru mata pelajaran dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh anak melalui alternatif yang nantinya dapat membuat anak untuk lebih aktif dalam kegiatan pembelajaran dengan tetap menjaga interaksi diantara sesama siswa agar pembelajaran atau latihan dapat mencapai hasil yang optimal.

Dari Permasalahan di atas salah satu solusi adalah memberikan latihan - latihan tertentu yang sesuai dengan karakter kecabangan, salah satu bentuk latihan yang sesuai untuk meningkatkan hasil Renang Gaya Bebas adalah dengan memberikan Teknik berbasis Permainan

Pentingnya penelitian tindakan kelas ini dilakukan karena ketika melakukan renang gaya bebas peserta didik masih banyak yang hanya mengetahui renang gaya bebas itu sekedar berenang dan tidak mengetahui apakah gerakan yang dilakukan sudah benar atau belum, dan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari latihan terhadap hasil renang gaya bebas.

Maka dari itu dilihat dari permasalahan di atas, peneliti ingin memberikan salah satu bentuk latihan untuk diteliti dalam upaya meningkatkan hasil renang gaya bebas dengan menggunakan bentuk latihan berbasis Permainan. Berdasarkan hal tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul “Peningkatan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 18 Kota Bekasi”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan pada latar belakang masalah, penulis mengidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Apakah pembelajaran berbasis permainan dapat meningkatkan hasil belajar renang gaya bebas?
2. Apakah kesulitan siswa dalam mempelajari renang gaya bebas dapat teratasi dengan pembelajaran berbasis permainan?
3. Apakah kondisi fisik siswa siap dalam mengikuti pembelajaran renang di kolam renang?
4. Apakah sarana dan prasarana dalam kegiatan pembelajaran renang mudah diakses dari sekolah?

C. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Untuk memperoleh gambaran serta hasil yang lebih jelas maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, hal ini dilakukan dengan asumsi agar penelitian ini tidak menyimpang dari maksud serta sasaran penelitian. Disamping itu pula hal ini dilakukan sebagai langkah untuk memudahkan dalam proses penelitian yang dilaksanakan.

Agar pembahasan menjadi lebih fokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan dana, waktu pada penulis, maka masalah dalam skripsi ini dibatasi pada:

- a. Peningkatan hasil belajar renang gaya bebas berbasis permainan.
- b. Subjek penelitian pada siswa kelas VIII SMPN 18 Kota Bekasi.

c. Tempat penelitian dilakukan di kolam renang Pandu Jaya Sport Centre

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada pemahaman dari latar belakang maka masalah dalam skripsi ini dapat dirumuskan yaitu: Apakah terdapat peningkatan hasil belajar renang gaya bebas berbasis permainan pada siswa kelas VIII SMPN 18 Kota Bekasi?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan hasil belajar renang gaya bebas berbasis permainan pada siswa kelas VIII SMPN 18 Kota Bekasi.

E. Manfaat Peneletian

Hasil penelitian yang dilaksanakan diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat secara Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dari peneliti atau guru jasmani di sekolah yang bersangkutan untuk menjadi acuan berfikir ilmiah.

2. Manfaat secara Praktis

Bagi siswa kelas VIII, dapat mempraktikkan renang dengan baik. Bagi Guru, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan informasi dalam meningkatkan kualitas belajar mengajar penjaskes di sekolah khususnya pada materi renang, sedangkan bagi Sekolah, dengan adanya kegiatan yang dilakukan serta hasil yang diberikan membawa dampak positif terhadap perkembangan sekolah yang nampak pada peningkatan hasil belajar

sehingga dapat tercapainya ketuntasan belajar minimal yang telah ditetapkan oleh sekolah, yaitu peningkatan prestasi anak, dengan meningkatkan keberhasilan anak berarti meningkatkan mutu bagi sekolah tersebut.

F. Definisi Operasional

Untuk menghindari penafsiran yang salah satu terhadap istilah penelitian yang digunakan dalam penelitian ini perlu diberikan penjelasan operasional mengenai istilah berikut:

1. Peningkatan

Menurut Adi S dalam (Sukri, 2019) peningkatan berasal dari kata tingkat. Yang berarti lapis atau lapisan dari sesuatu yang kemudian membentuk susunan. Tingkat juga dapat berarti pangkat, taraf, dan kelas. Sedangkan peningkatan berarti kemajuan.

2. Hasil belajar

Menurut (Rusmono, 2017) hasil belajar adalah perubahan perilaku individu yang meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Perubahan perilaku tersebut diperoleh setelah siswa menyelesaikan program pembelajarannya melalui interaksi dengan berbagai sumber belajar dan lingkungan belajar.

3. Renang

Menurut (Wulandari dkk., 2021) renang adalah upaya untuk menggerakkan (mengapung atau mengangkat) semua bagian tubuh ke atas permukaan air.