

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN SISWA KELAS IV
SDN JAYAMULYA 02 KECAMATAN SERANG
BARU KABUPATEN BEKASI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Meraih Gelar Sarjana Pendidikan (S1)
Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45



Oleh

**RIFKA TAUFIK FADILLAH
41182191180085**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM 45
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS MELALUI
PENDEKATAN BERMAIN SISWA KELAS IV SDN JAYAMULYA 02
KECAMATAN SERANG BARU KABUPATEN BEKASI**

Oleh

**RIFKA TAUFIK FADILLAH
41182191180085**

Telah disetujui oleh:

Pembimbing


Mia Kusumawati, M.Pd

Tanggal 23 April 2025

**Disyahkan oleh
Ketua Program Studi PJKR
FKIP UNISMA Bekasi**


**Dr. Aridhotul Haqiyah, S.Pd., M.Pd
NIK 45102072018005**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

PENINGKATAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS MELALUI
PENDEKATAN BERMAIN SISWA KELAS IV SDN JAYAMULYA 02
KECAMATAN SERANG BARU KABUPATEN BEKASI

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

RIFKA TAUFIK FADILLAH
41182191180085

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 23 April 2025

dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua : Yudi Budianti, M.Pd

Sekretaris : Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd.

Anggota : Dr. Dindin Abidin, M.Si

Anggota : Dr. Azi Faiz Ridlo, M.Pd

Anggota : Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd

Bekasi, 23 April 2025

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45 Bekasi


Yudi Budianti, M.Pd
NIK 41101022012015

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

N a m a : RIFKA TAUFIK FADILLAH

NPM : 41182191180085

Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas

Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam "45" Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Peningkatan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Melalui Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV SDN Jayamulya 02 Kecamatan Serang Baru Kabupaten Bekasi" dan beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko, sanksi yang di jatuhkan kepada saya, apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap keaslian karya saya ini.

Bekasi, 23 April 2025

Yang membuat pernyataan.



RIFKA TAUFIK FADILLAH

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

Jangan ubah dirimu hanya agar mereka menyukaimu. Hebatkan dirimu agar mau tidak mau mereka harus menerimamu

Persembahan

*Skripsi ini
Saya persembahkan pada
kedua Orang tua tercinta, Kakak dan Adekku
yang tersayang, serta teman-tamanku
seperjuangan*

ABSTRAK

RIFKA TAUFIK FADILLAH NPM: 41182191180085 “Peningkatan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Melalui Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV SDN Jayamulya 02 Kecamatan Serang Baru Kabupaten Bekasi” Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Islam “45” Bekasi.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan hasil pembelajaran gerak dasar renang melalui pendekatan bermain pada siswa kelas IV.b Sekolah Dasar Negeri Jayamulya 02 Kecamatan Serang Baru Kabupaten Bekasi. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*), sedangkan subyek dalam penelitian ini adalah, siswa kelas kelas V IV.b Sekolah Dasar Negeri Jayamulya 02 Kecamatan Serang Baru Kabupaten Bekasi yang berjumlah 27orang. Hasil penelitian terlihat peningkatan hasil belajar renang gaya bebas observasi awal menunjukkan hanya 11 orang (41%) siswa yang mencapai nilai KKM. Pada siklus 1 terdapat peningkatan yang cukup signifikan hasilnya menunjukkan 16 orang siswa (59.3%) siswa yang mencapai nilai KKM. Sedangkan pada siklus 2 didapat hasil 23 orang siswa (85.18%) siswa yang mencapai nilai KKM Pada siklus 2 hasil yang dicapai telah sesuai dengan apa yang di targetnya yaitu 75% siswa telah mencapai nilai KKM, dalam hal ini 85,18% siswa telah mencapai nilai KKM, sehingga tidak dilanjutkan pada siklus III. Dari seluruh pelaksanaan penelitian tindakan kelas di kelas IV.b Sekolah Dasar Negeri Jayamulya 02 Kecamatan Serang Baru Kabupaten Bekasi dari masing-masing siklus mengalami peningkatan dari segala aspek, sekaligus menunjukkan bahwa pembelajaran belajar gerak dasar renang gaya bebas dengan pendekatan bermain disenangi oleh sebagian besar siswa. sehingga pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui pendekatan bermain sesuai dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar, serta berdasarkan hasil penelitian ini pembelajaran pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar renang gaya bebas siswa kelas IV.b Sekolah Dasar Negeri Jayamulya 02 Kecamatan Serang Baru Kabupaten Bekasi.

Kata kunci: Hasil Belajar, Renang, Gaya bebas, Pendekatan bermain dan PTK

ABSTRACT

RIFKA TAUFIK FADILLAH NPM: 41182191180085 *“Improving Freestyle Swimming Learning Outcomes Through a Play Approach for Class IV Students of SDN Jayamulya 02, Serang Baru District, Bekasi Regency” Thesis. Faculty of Teacher Training and Education. Islamic University “45” Bekasi.*

The purpose of this study was to determine the improvement of the learning outcomes of basic swimming movements through the play approach in class IV.b students of Jayamulya 02 State Elementary School, Serang Baru District, Bekasi Regency. The method used in this research is classroom action research, while the subjects in this study were 27 students of class IV.b of Jayamulya 02 State Elementary School, Serang Baru District, Bekasi Regency. The results of the study showed an increase in learning outcomes in freestyle swimming. Initial observations showed that only 11 students (41%) reached the KKM score. In cycle 1 there was a significant increase, the results showed 16 students (59.3%) students who reached the KKM score. While in cycle 2 the results obtained were 23 students (85.18%) students who reached the KKM score. In cycle 2 the results achieved were in accordance with what was targeted, namely 75% of students had reached the KKM score, in this case 85.18% of students had reached the KKM score, so it was not continued in cycle III. From the entire implementation of class action research in class IV.b of Jayamulya 02 State Elementary School, Serang Baru District, Bekasi Regency from each cycle, there was an increase in all aspects, while showing that learning to learn basic movements of freestyle swimming with a play approach was liked by most students. so that learning basic movements of freestyle swimming through a play approach is in accordance with the characteristics of elementary school students, and based on the results of this study, play approach learning can improve the learning outcomes of basic movements of freestyle swimming for students in class IV.b of Jayamulya 02 State Elementary School, Serang Baru District, Bekasi Regency.

Keywords: *Learning Outcomes, Swimming, Freestyle, Play Approach and PTK*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat merampungkan skripsi dengan judul: Peningkatan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Melalui Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV SDN Jayamulya 02 Kecamatan Serang Baru Kabupaten Bekasi. Ini untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi serta dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi

Penghargaan dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Ayahanda dan Ibunda tercinta yang telah mencurahkan segenap cinta dan kasih sayang serta perhatian moril maupun materil. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan Rahmat, Kesehatan, Karunia dan keberkahan di dunia dan di akhirat atas budi baik yang telah diberikan kepada penulis.

Penghargaan dan terima kasih penulis berikan kepada Ibu **Mia Kusumawati, M.Pd** selaku Pembimbing yang telah membantu penulisan skripsi ini. Serta ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Yudi Budianti, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Dr. Aridhotul Haqiyah, S.Pd., M.Pd, sebagai Ketua Jurusan Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi

4. Rekan-rekan mahasiswa FKIP Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam “45” Bekasi.
5. Bapak Kepala Sekolah dan Bapak/ Ibu Guru SDN Jayamulya 02 Kecamatan Serang Baru Kabupaten Bekasi yang telah membantu penelitian ini.
6. Kedua orang tua kami serta istri dan anak-anakku yang selalu mendo’akan penulis agar berhasil dalam mencapai cita-cita.

Tidak ada sesuatu yang penulis perbuat untuk dapat membalas budi baiknya, kecuali hanya mendo’akan semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis mendapat imbalan dari Allah SWT, Amin.

Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Bekasi, 18 Desember 2024
Penyusun,

Rifka Taufik Fadillah

DAFTAR ISI

	halaman
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAKSI.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Kegunaan Penelitian.....	9
 BAB II TINJAUAN TEORITIS	 10
A. Kerangka Teori.....	10
1. Hakikat Pendidikan Jasmani	10
2. Hakikat Belajar.....	21
3. Hakikat Olahraga Renang	27
4. Hakekat Renang Gaya Bebas	35
5. Hakikat Bermain	46
6. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	53
B. Penelitian Relevan.....	55
C. Kerangka Berpikir	58

BAB III	PROSEDUR PENELITIAN	59
	A. Metode Penelitian.....	59
	B. Subyek Penelitian.....	60
	C. Waktu dan Tempat Penelitian	60
	D. Desain Penelitian.....	61
	E. Instrumen Penelitian.....	65
	F. Prosedur Analisa Data	68
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	70
	A. Analisis Data Pra-Siklus.....	70
	B. Hasil Penelitian.....	72
	1. Siklus I.....	72
	2. Siklus II	79
	C. Pembahasan.....	86
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	89
	A. Simpulan.....	89
	B. Saran.....	90
	DAFTAR PUSTAKA	91
	LAMPIRAN-LAMPIRAN	93

DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 2.1 Macam-Macam Variasi Gerakan Lengan	39
Gambar 2.2 Variasi Keempat Gerakan Lengan.....	40
Gambar 2.3 Variasi Ketiga Gerakan Lengan.....	40
Gambar 2.4 Masuknya Ujung Jari	41
Gambar 2.5 Bentuk Tarikan Elip.....	42
Gambar 3.1 Model Spiral Kemmis dan Taggart.....	61
Gambar 4.1 Grafik Tingkat Ketuntasan Belajar Renang Gaya Bebas Pra Siklus	72
Gambar 4.2 Grafik Tingkat Ketuntasan Belajar Renang Gaya Bebas Siklus I...	79
Gambar 4.3 Grafik Tingkat Ketuntasan Belajar Renang Gaya Bebas Siklus II..	86
Gambar 4.4 Grafik Peningkatan Keterampilan Renang Gaya Bebas Siswa	88

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 3.1 Jumlah Siswa Kelas IV SD Negeri Jayamulya 02 Tahun Ajaran 202-2022	60
Tabel 3.2 Rubrik penilaian Perilaku	65
Tabel 3.3 Rubrik penilaian Kognisi	66
Tabel 3.4 Rubrik penilaian Psikomotor	67
Tabel 4.1 Tingkat Ketuntasan Belajar Pra Siklus	71
Tabel 4.2 Tingkat Ketuntasan Belajar Siklus I	78
Tabel 4.3 Tingkat Ketuntasan Belajar Siklus II.....	82

DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	93
Lampiran 2 Analisis Data.....	108
Lampiran 3 Surat Keputusan Pembimbing	114
Lampiran 4 Frekuensi Bimbingan.....	115
Lampiran 5 Surat Keterangan Penelitian	117
Lampiran 6 Dokumen Penelitian.....	118
Lampiran 7 Biodata Penulis	119