

---

## MENINGKATKAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG DENGAN PENDEKATAN BERMAIN

**Ikhsan Maulana Putra, Sali Andala**

*Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Muara Bungo*

*Jalan Rangkayo Hitam Komplek Islamic Centre Muara Bungo*

[maulana.ikhsan101@gmail.com](mailto:maulana.ikhsan101@gmail.com)

### Abstrak

Beberapa siswa yang belum maksimal dalam melakukan gerak dasar renang, dikarenakan siswa yang pasif dan belum antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih belum memahami tentang gerak-gerak dasar renang. Selain itu belum maksimalnya siswa mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, disebabkan karena metode pembelajaran yang monoton, sehingga siswa merasa pembelajaran gerak dasar renang tidak menyenangkan jika dibandingkan dengan pembelajaran sepakbola dan kasti, yang banyak disukai oleh para siswa.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin dengan jumlah peserta didik 22 orang, siswa laki-laki 16 dan 6 siswa perempuan. Desain penelitian yang dipergunakan berbentuk siklus yang mengacu pada model kemmis dan Mc Taggrat. Siklus ini tidak hanya berlangsung satu kali, tetapi beberapa kali hingga tercapai tujuan yang diharapkan. Rencana penelitian tindakan kelas ini, terdiri dari 2 siklus. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan perubahan yang ingin dicapai.

Tujuan Penelitian ini mendeskripsikan pendekatan bermain dapat meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar renang dan Mendeskripsikan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil pembelajaran gerak dasar renang. Dilihat dari peningkatan proses pembelajaran guru dan peningkatan pembelajaran siswa. Hasil penelitian tentang pembelajaran guru di siklus I diperoleh nilai akhir dari penilaian kolaborator sebesar 66,25, penelitian pembelajaran guru di siklus II diperoleh nilai akhir dari penilaian kolaborator sebesar 7,8.

**Kata kunci: gerak dasar renang dan pendekatan bermain**

---

---

## IMPROVING BASIC SWIMMING LEARNING WITH PLAY APPROACHES

Ikhsan Maulana Putra, Sali andala

Lecturer of teacher Training and Education Muhammadiyah Muara Bungo

Jalan Rangkayo Hitam Complex Islamic Center Muara Bungo

[maulana.ikhsan101@gmail.com](mailto:maulana.ikhsan101@gmail.com)

### Abstract

Some students are not optimal in doing basic swimming movements, because students are passive and not enthusiastic in the learning process, and students still do not understand about basic swimming movements. In addition, the students have not yet taken part in the basic swimming motion learning, due to monotonous learning methods, so students feel that basic swimming motion learning is not fun when compared to soccer and baseball learning, which is much liked by students.

The subjects in this research were fifth grade students of SDN 35 / II Seling, Tabir Subdistrict, Merangin Regency with 22 students, 16 male students and 6 female students. The research design used in the form of a cycle that refers to the Kemmis and Mc Taggart models. This cycle does not only take place once, but several times to achieve the expected goals. This class action research plan, consisting of 2 cycles. Each cycle is carried out in accordance with the changes to be achieved.

The purpose of this research is to describe the approach to play can improve the learning process of swimming basic motion and describe the approach to play can improve the learning outcomes of basic swimming motion. Judging from the improvement in the learning process of teachers and improvement of student learning. The results of research on teacher learning in the first cycle obtained the final value of the collaborator assessment of 66.25, teacher learning research in the second cycle obtained the final value of the collaborator assessment of 7.8.

***Keywords: basic swimming motion and play approach***

## Pendahuluan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir 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.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan bahwa mencerdaskan kehidupan bangsa melalui instrumen pembangunan nasional di bidang keolahragaan merupakan upaya meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia secara jasmaniah, rohaniah, dan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil, makmur, sejahtera, dan demokratis berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Depdiknas (2006:1) 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 sistimatis dalam rangka

mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani di sekolah berisi materi-materi yang dapat dikelompokkan menjadi aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, akuatik, uji diri, pendidikan luar kelas, permainan dan olahraga.

Penjasorkes yang diajarkan disekolah dasar memiliki peranan yang sangat penting, karena sebagai suatu proses pembinaan siswa sejak usia dini, yaitu memberi kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar.

Penyampaian materi pembelajaran penjasorkes, guru tidak dapat dipisahkan dengan metode mengajar. Metode yang digunakan oleh guru penjasorkes bermacam-macam seperti ceramah, demonstrasi, komando, drill, bermain, dan sebagainya. Hartati (2005:1) sesuai dengan masa perkembangannya anak usia Sekolah Dasar adalah sosok individu yang sedang mengalami masa perkembangan dengan pesat bagi kehidupan selanjutnya. Pembelajaran pada usia Sekolah Dasar memperhatikan beberapa prinsip belajar seperti belajar harus menantang anak, dan untuk anak Sekolah Dasar biasanya penyampaian pembelajaran salah satunya dengan menggunakan metode

bermain. Dalam metode bermain terdapat aktivitas siswa dengan suasana yang menantang dan menyenangkan. Hal ini juga sesuai dengan karakteristik siswa kelas IV yang masih tergolong anak-anak di mana bermain merupakan hal yang sangat penting bagi anak. Penting bagi pertumbuhan dan perkembangan jiwa mereka yang masih bergejolak sehingga tertarik dengan suasana yang menyenangkan, menantang dan persaingan.

Suryatna (2001:18) Olahraga renang dalam perkembangannya merupakan olahraga yang banyak digemari masyarakat. Olahraga renang merupakan keterampilan yang dapat dipergunakan sebagai sarana untuk bermain bagi anak, menjaga kebugaran ataupun sebagai ajang untuk meraih prestasi. Renang juga merupakan sarana untuk bergaul ataupun untuk bersantai. Olahraga renang merupakan aktivitas yang dilakukan di air dengan berbagai macam bentuk dan gaya yang sudah sejak lama dikenal banyak memberikan manfaat kepada manusia. Manfaat yang ada pada aktivitas olahraga renang adalah untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, untuk membentuk kemampuan fisik seperti daya tahan, kekuatan otot serta bermanfaat pula bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik anak, untuk sarana pendidikan, rekreasi, rehabilitasi serta prestasi.

pembelajaran gerak dasar renang masih kurang maksimal. Beberapa siswa yang belum maksimal dalam melakukan gerak dasar renang, dikarenakan siswa yang pasif dan

belum antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih belum memahami tentang gerak-gerak dasar renang. Selain itu belum maksimalnya siswa mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, disebabkan karena metode pembelajaran yang monoton, sehingga siswa merasa pembelajaran gerak dasar renang tidak menyenangkan jika dibandingkan dengan pembelajaran sepakbola dan kasti, yang banyak disukai oleh para siswa. Kegiatan proses pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa kurang bisa maksimal karena sarana dan prasarana yang tidak mendukung. Pembelajaran gerak dasar renang dilaksanakan dengan metode ceramah dengan teori-teorinya saja dikarenakan jarak dari sekolah menuju kolam renang berjarak yang lumayan jauh mengakibatkan kegiatan proses pembelajaran gerak dasar renang kurang maksimal karena keadaan. Hal ini dibuktikan berdasarkan jumlah siswa kelas IV SDN 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin berjumlah 22 siswa, 15 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan. Dari jumlah semua siswa yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum pada pembelajaran gerak dasar renang adalah 8 (36%) siswa yang terdiri dari 6 siswa laki-laki dan 2 siswa perempuan. Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) di SDN 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin yang ditetapkan sebesar 70. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagai guru pendidikan jasmani harus dapat membantu para siswanya untuk dapat mengatasi hal tersebut sehingga para siswa mampu dan timbul rasa suka untuk melakukan gerakan renang

dengan menggunakan pendekatan bermain.

Berdasarkan permasalahan yang disampaikan diatas, peneliti disini memakaipendekatan bermain untuk dapat diaplikasikan sehingga diperoleh hasil yang maksimal dalam proses pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin. Dengan menggunakan pendekatan bermain diharapkan pembelajaran gerak dasar renang meningkat. Peningkatan tersebut meliputi peningkatan proses pembelajaran guru dan peningkatan partisipasi siswa dalam pembelajaran gerak dasar renang. DIM Saputra (2019) Semua gerakan yang ditampilkan dalam setiap permainan adalah hasil dari pengalaman-pengalaman gerak yang tersimpan dalam diriindividu secara bertahap melalui proses latihan yang sistematis untuk keperluan hasil gerakan yang berkualitas.

### Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu pendekatan untuk memperbaiki pendidikan melalui perubahan, dengan mendorong para guru untuk memikirkan praktik mengajarnya sendiri, agar kritis terhadap praktik tersebut dan agar mau untuk mengubahnya. Penelitian tindakan kelas (PTK) mendorong guru untuk berani bertindak dan berpikir kritis dalam mengembangkan teori dan rasional bagi mereka sendiri, dan bertanggung jawab mengenai pelaksanaan tugasnya secara profesional (Hardjodipuro, 2014:20).

Penelitian tindakan kelas ini akan dilaksanakan dikelas V SDN 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin pada pembelajaran gerak dasar renang.

Penelitian tindakan kelas ini akan dilaksanakan pada tahun ajaran 2019/2020 Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin dengan jumlah peserta didik 22 orang, siswa laki-laki 16 dan 6 siswa perempuan.

Data penelitian ini berupa observasi, tes dan dokumentasi pada setiap tindakan perbaikan pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain pada siswa kelas IV SDN 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin. Pembelajaran dalam penelitian tindakan kelas dikatakan berhasil apabila adanya peningkatan hasil belajar 75% jumlah siswa dengan nilai ketuntasan  $\geq 72$  dikelas IV SDN 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin.

Dalam Penelitian Tindakan Kelas bentuk analisis datanya gabungan antara data kuantitatif dan kualitatif.

#### 1. Data Kuantitatif

Analisis data kuantitatif digunakan untuk menghitung nilai hasil belajar siswa dalam hubungannya dengan penguasaan materi yang diajarkan oleh guru.

Terdapat dua hal utama yang mempengaruhi kualitas hasil penelitian yaitu kualitas instrumen penelitian yaitu lembar observasi komponen guru dan lembar observasi komponen siswa untuk mengukur keberhasilan proses belajar siswa dengan rumus sebagai berikut (Sugiyono, 2008 :222).

Terdapat dua hal utama yang mempengaruhi kualitas hasil penelitian yaitu kualitas instrumen penelitian lembar observasi komponen guru dan lembar observasi komponen siswa untuk mengukur keberhasilan proses belajar siswa dengan rumus sebagai berikut (Sugiyono, 2008 :222).

$$\frac{\text{Jumlah Perolehan}}{\text{Skor Maksimum}} \times 100\%$$

Data kualitatif diperoleh melalui observasi. Hasil observasi diolah melalui laporan penilaian yang menyimpulkan kriteria, karakteristik, serta proses yang terjadi dalam pembelajaran. Menafsirkan data dan penyimpulan data penelitian ditemukan kriteria keberhasilan penelitian pada kualifikasi baik (B) kualifikasi cukup (C) dan kualifikasi kurang (K). Kriteria kualifikasi tersebut berlaku pada aspek pelaksanaan pembelajaran meliputi aktivitas peneliti dan siswa dalam proses pembelajaran maupun hasil pembelajaran.

### Hasil dan Pembahasan

Tahapan pada siklus I terdiri dari tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap observasi dan tahap refleksi dengan penjelasan sebagai berikut:

a. Tahap Perencanaan (planning)

Tahap perencanaan peneliti bersama kolaborator merencanakan skenario pembelajaran dan juga menyiapkan fasilitas pendukung untuk melaksanakan skenario tindakan tersebut. Secara rinci

kegiatan yang dilakukan dalam tahap perencanaan adalah:

- 1) Tujuan penelitian dan rencana tindakan disosialisasikan kepada kolaborator. Peneliti dan kolaborator melakukan tukar pikiran untuk menyamakan persepsi dalam menggunakan pendekatan model-model pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.
- 2) Membuat skenario model pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.
- 3) Menyiapkan fasilitas pembelajaran, kolam renang, alat-alat untuk model pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.
- 4) Dalam penelitian ini dibuat dan disusun instrumen yaitu lembar observasi aktivitas guru dan aktivitas siswa untuk melakukan monitoring pelaksanaan model pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.

b. Tahap Pelaksanaan (action)

Proses pembelajaran siklus satu terdiri dari dua pertemuan yang dilaksanakan pada hari dua jam pelajaran (70 menit), dengan urutan kegiatan sebagai berikut:

1) Pertemuan I

Pertemuan I dilaksanakan pada tanggal 5 agustus 2019 hari senin sesuai dengan skenario pembelajaran (rencana

pelaksanaan pembelajaran) yang telah dirancang pada tahap perencanaan. Langkah awal atau langkah pendahuluan yang dilaksanakan adalah guru memperhatikan situasi kondisi siswa dan kelas setelah itu guru dan siswa berdoa sesuai dengan agama masing-masing dan mengabsen kehadiran siswa.

## 2) Pertemuan II

Tahap pelaksanaan yang dilaksanakan pada pertemuan II adalah sebagai berikut:

- a) Peneliti guru dan siswa berangkat bersama-sama dari sekolah pada hari selasa tanggal 6 agustus 2019 pukul 14.00 WIB dengan jarak tempuh  $\pm 30$ km menggunakan transportasi yang telah peneliti siapkan menuju kolam renang yaitu Margo Swimming.
- b) Guru mengumpulkan siswa di pinggir kolam dengan cara dibariskan, salah satu anak diminta untuk memimpin berdoa, guru mengabsen siswa dalam hal ini jumlah siswa 22 masuk semua. Selanjutnya menyampaikan informasi tentang materi pelajaran.
- c) Pada tahap pembelajaran dipertemuan ini, guru melaksanakan pembelajaran gerak dasar renang adalah materi

pernafasan, meluncur dan mengapung dilanjutkan dengan bermain.

- d) Penilaian pembelajaran gerak dasar renang mengenai proses pembelajaran yaitu menggunakan lembar observasi.
  - e) Penilaian pembelajaran gerak dasar renang mengenai hasil belajar siswa yaitu dengan mengukur ketepatan dalam gerak dasar renang yaitu pernafasan, mengapung, meluncur dan ditambah dengan bermain melempar dan menangkap.
- c. Hasil Observasi
- Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti dan teman sejawat diperoleh hasil:
- 1) Proses Pembelajaran Guru  
Hasil observasi tentang pembelajaran guru di siklus I, diperoleh nilai akhir dari mean penilaian menggunakan lembar observasi sebesar 66,25. Data rekapitulasi penilaian pembelajaran guru di siklus I terlampir.
  - 2) Proses Pembelajaran Siswa  
Hasil observasi proses pembelajaran siswa di siklus I, diperoleh nilai akhir dari penilaian peneliti dan teman sejawat sebesar 71. Skor tertinggi siswa 100 dan skor terendah siswa 58,3 dengan indikator keberhasilan 75, maka dapat dikatakan proses pembelajaran siswa belum

meningkat. Data rekapitulasi penilaian keseluruhan siswa dalam pertemuan siklus I terlampir.

### 3) Hasil Belajar Siswa

Hasil belajar siswa pada siklus I memperoleh nilai 60,6 dengan skor tertinggi siswa 100 dan skor terendah siswa 40. Data rekapitulasi penilaian keseluruhan siswa dalam pertemuan siklus I terlampir.

### d. Tahap Refleksi

Hasil refleksi kegiatan pembelajaran di siklus I menunjukkan bahwa:

#### 1) Proses Pembelajaran Guru

Kegiatan proses pembelajaran guru cukup mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran berlangsung. Proses pembelajaran guru telah menggunakan pendekatan bermain. Model permainan yang digunakan oleh guru, telah sesuai dengan materi ajar.

#### 2) Proses Pembelajaran Siswa

Siswa kurang berpartisipasi secara aktif dalam mengikuti proses pembelajaran gerak dasar renang. Sebagian besar siswa masih kurang antusias dalam mengikuti proses pembelajaran dikelas. Kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran belum maksimal. Beberapa siswa terlihat kurang dapat

mempraktekkan gerak dasar renang dengan cukup baik. Dengan demikian diperoleh kesimpulan bahwa belum nampak adanya peningkatan pembelajaran gerak dasar renang yang signifikan dalam kegiatan di siklus satu ini. Beberapa siswa terlihat belum dapat melakukan gerak dasar berenang dengan baik, sehingga hasil pembelajaran belum bisa tercapai secara maksimal. Untuk itu diperlukan rancangan pembelajaran pada siklus selanjutnya (siklus dua) berdasarkan hasil refleksi siklus satu ini, untuk meningkatkan pembelajaran gerak dasar renang secara benar, agar tujuan dan hasil belajar dapat tercapai. Serta upaya untuk lebih meningkatkan keaktifan dan keterampilan siswa dan menciptakan kegiatan pembelajaran yang lebih menyenangkan.

#### 3) Hasil Belajar Siswa

Siklus I memperoleh hasil belajar sebesar 60,6 Hal ini dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa pada siklus I belum meningkat sesuai dengan KKM yang telah ditetapkan yaitu 70.

Tahapan pada siklus II dilaksanakan pada tanggal 23 agustus 2019 hari jumat pukul 14.00 WIB langsung kekolam renang. Dari hasil refleksi pada kegiatan pembelajaran siklus I diambil pokok permasalahan,

yaitu proses pembelajaran guru belum bisa secara maksimal, siswa dapat melakukan gerak dasar renang terlihat beberapa siswa masih kurang, maka masih perlu ditingkatkan lagi proses pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain. Urutan kegiatan pembelajaran di siklus II, adalah sebagai berikut:

a. Tahap Perencanaan

Berdasarkan hasil refleksi pada kegiatan pembelajaran siklus I, maka dirancang tindakan pada siklus II untuk memperbaiki pembelajaran selanjutnya. Hasil refleksi kegiatan pembelajaran siklus I sudah menunjukkan adanya peningkatan efektivitas pembelajaran walaupun belum maksimal, sehingga pada kegiatan pembelajaran siklus II ini sebagai pengembangan pembelajaran yang telah berlangsung di siklus I. Setelah menemukan kekurangan pada siklus I, yaitu belum semua siswa dapat melakukan gerak dasar renang secara maksimal, kreatifitas siswa belum maksimal selama pembelajaran, dan upaya yang harus dilakukan agar pembelajaran lebih meningkat, maka selanjutnya peneliti dan guru membuat rancangan pembelajaran untuk pelaksanaan di siklus II.

b. Tahap Tindakan

Tahap tindakan pada siklus II adalah sebagai berikut:

1) Pada siklus II ini, guru melaksanakan pembelajaran sesuai RPP yang telah disusun dalam tahap perencanaan (RPP terlampir).

Tindakan dalam siklus II ini dilakukan dalam satu kali proses pembelajaran yang dilakukan dikolam renang dan dilanjutkan praktek untuk mendapatkan hasil belajar siswa.

2) Materi pembelajaran gerak dasar renang yang akan dipraktikkan di siklus II ini lebih mengarah kekegiatan melakukan gerak dasar renang secara benar dengan pendekatan bermain langsung dikolam renang.

3) Materi yang disampaikan dalam pertemuan siklus II pembelajaran gerak dasar renang adalah mengkombinasikan gerakan tungkai dan mempraktekkan cara bernafas dalam berenang.

4) Penilaian pembelajaran gerak dasar renang mengenai proses pembelajaran guru dan siswa, dilakukan oleh peneliti dan teman sejawat yang dilakukan dengan menggunakan lembar observasi.

c. Tahap Observasi

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti dan teman sejawat memperoleh hasil:

1) Proses Pembelajaran Guru

Hasil observasi tentang pembelajaran guru di siklus II, diperoleh nilai akhir adalah sebesar 78. Data rekapitulasi penilaian pembelajaran guru di siklus II terlampir.

2) Proses Pembelajaran Siswa

Hasil observasi tentang pembelajaran siswa dalam kegiatan pembelajaran di siklus II, diperoleh nilai akhir sebesar 85,5. Dengan skor tertinggi siswa 100 dan skor terendah siswa 60. Data rekapitulasi penilaian tentang pembelajaran keseluruhan siswa dalam kegiatan pembelajaran di siklus II terlampir.

3) Hasil Belajar Siswa

Hasil observasi tentang hasil belajar siswa dalam kegiatan pembelajaran di siklus II, diperoleh nilai akhir sebesar 93,5. Dengan skor tertinggi siswa 100 dan skor terendah siswa 81,5. Data rekapitulasi penilaian tentang pembelajaran keseluruhan siswa dalam kegiatan pembelajaran di siklus II terlampir.

d. Tahap Refleksi

Hasil refleksi kegiatan pembelajaran di siklus II menunjukkan bahwa:

1) Proses Pembelajaran Guru

Proses pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain yang disampaikan oleh guru sudah mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Guru mampu meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Penggunaan model permainan telah sesuai dengan materi ajar.

2) Proses Pembelajaran Siswa

Pembelajaran aktif dan kreativitas dari siswa dalam kegiatan inti pembelajaran. Saat kegiatan penutup ada beberapa siswa yang mengajukan pertanyaan, "pak, kapan olahraga renang lagi?", hampir seluruh siswa nampak senang selama pembelajaran dan seluruh siswa dapat melakukan dan mengikuti pembelajaran gerak dasar renang dengan baik. Dengan demikian diperoleh kesimpulan bahwa sudah nampak adanya peningkatan pembelajaran gerak dasar renang melalui pendekatan bermain pada pertemuan di siklus II. Hasil dari pembelajaran di siklus II ini, proses pembelajaran guru telah berjalan secara maksimal, siswa dapat melakukan dan mengikuti pembelajaran gerak dasar renang dengan baik, siswa menyatakan bahwa pembelajaran menyenangkan, keaktifan dan kemampuan berenang siswa telah nampak, sehingga tujuan pembelajaran telah tercapai.

3) Hasil Belajar Siswa

Siklus I memperoleh hasil belajar sebesar 80,5. Hal ini dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa pada siklus II meningkat dan tercapai sesuai dengan KKM yang telah ditetapkan yaitu 70.

Proses pembelajaran guru setelah adanya perlakuan dalam dua siklus dapat dilihat sebagai berikut terlihat proses pembelajaran meningkat dari siklus I dan siklus II. Pada siklus I memperoleh nilai 66,25 dan pada siklus II 78 dengan indikator keberhasilan 75 maka dapat dikatakan hasil yang diperoleh pada siklus II lebih tinggi dari pada indikator keberhasilan jadi proses pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain meningkat.

terlihat proses pembelajaran meningkat dari siklus I dan siklus II. Pada siklus I memperoleh nilai 66,25 dan pada siklus II 78 dengan indikator keberhasilan 75 maka dapat dikatakan hasil yang diperoleh pada siklus II lebih tinggi dari pada indikator keberhasilan jadi proses pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain meningkat.

Proses pembelajaran siswa setelah adanya perlakuan dalam dua siklus dapat dilihat sebagai berikut terlihat proses pembelajaran siswa meningkat dari siklus I dan siklus II. Pada siklus I memperoleh nilai 71 dengan siswa yang tidak tuntas berjumlah 11 orang (50%) dan siswa yang tuntas berjumlah 11 (50%) dan pada siklus II memperoleh nilai 93,5 dengan semua siswa tuntas.

Hasil belajar siswa setelah adanya perlakuan dalam dua siklus dapat dilihat sebagai berikut terlihat hasil belajar siswa meningkat dari siklus I dan siklus II. Pada siklus I memperoleh nilai 60,6 dengan siswa yang tidak tuntas berjumlah 13 orang (59%) dan siswa yang tuntas berjumlah 9 (41%) dan pada siklus II memperoleh nilai 80,5 dengan siswa yang tidak tuntas

berjumlah 4 orang (18%) dan siswa yang tuntas berjumlah 18 (82%).

### **Kesimpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan proses pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain. Peningkatan pembelajaran gerak dasar renang melalui pendekatan bermain siswa kelas V SD Negeri 35/II Seling Kecamatan Tabir Kabupaten Merangin dapat dilihat dari peningkatan proses pembelajaran guru dan peningkatan pembelajaran siswa. Hasil penelitian tentang pembelajaran guru di siklus I diperoleh nilai akhir dari penilaian kolaborator sebesar 66,25, observasi pembelajaran guru di siklus II diperoleh nilai akhir dari penilaian kolaborator sebesar 7,8.

Hasil penelitian tentang pembelajaran siswa di siklus I diperoleh nilai akhir dari penilaian kolaborator sebesar 71 dan observasi tentang pembelajaran siswa di siklus II diperoleh nilai akhir dari penilaian dua kolaborator sebesar 93,5.

Hasil belajar siswa pada materi gerak dasar renang menggunakan pendekatan bermain memperoleh nilai pada siklus I sebesar 60,6 dan pada siklus II memperoleh nilai 80,5.

Pendekatan pembelajaran bermain perlu ditumbuhkembangkan dalam merencanakan pembelajaran Penjasorkes dengan memperhatikan isi materi pelajaran, karakteristik siswa, cuaca, dan sarana prasarana yang tersedia disekolah. Di samping itu, materi pembelajaran Penjasorkes yang terdapat dalam kurikulum, sebaiknya dirancang dan dilaksanakan dengan

tetap mengacu pada kebutuhan siswa baik fisik maupun mental.

### Daftar Pustaka

Depdiknas. 2006. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jakarta: Balai Pustaka.

Hardjodipuro. 2014. Penelitian tindakan kelas. Jakarta: Rineke Cipta.

Hartati. 2005. perkembangannya anak usia Sekolah Dasar. Jakarta: Cerdas Jaya.

Muncarno. 2010. Penelitian tindakan kelas. Jakarta: Balai Pustaka.

Purwanto. 2008. Penelitian tindakan kelas. Jakarta: Balai Pustaka.

*SAPUTRA, D. I. M. (2019). Pengaruh Metode Latihan Gaya Komando dan Metode Latihan Gaya Eksplorasi Terhadap Keterampilan Dasar Bermain sepak bola SSB BINHAR Kerinci. Jurnal Muara Olahraga, 1(2), 138-145.*

Sugiyono. 2008. Metodologi penelitian. UNY

Suryatna. 2001. Gerak dasar renang. Bandung: Alfabeta.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3. 2005. tentang sistem keolahragaan bahwa.