

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan usaha sadar untuk mempengaruhi peserta didik agar mampu mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi-potensi yang dimiliki agar mampu menjalani hidup yang sebaik-baiknya. Potensi yang ada dalam diri setiap peserta didik ada yang bersifat positif maupun negatif. Potensi mana yang akan berkembang tergantung stimulus atau lingkungan yang mempengaruhinya. Oleh sebab itu diciptakanlah suatu lingkungan yang memungkinkan untuk menstimulus potensi-potensi positif yang dimiliki peserta didik agar dapat berkembang dan teraktualisasi dalam tingkah laku yang positif, baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik dalam bentuk pendidikan. Hal ini sejalan dengan pengertian pendidikan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan jasmani merupakan salah satu usaha sadar untuk menciptakan lingkungan yang mampu mempengaruhi potensi peserta didik agar berkembang ke arah tingkah laku yang positif melalui aktivitas jasmani. Menurut Samsudin (2014), pendidikan jasmani dan kesehatan adalah proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain

untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Aktivitas jasmani inilah bentuk rangsangan yang diciptakan untuk mempengaruhi potensi-potensi yang dimiliki peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah mulai dari jenjang pendidikan usia dini sampai pendidikan menengah. Melalui aktivitas jasmani ini diharapkan tujuan pendidikan yang meliputi ranah kognitif, afektif, fisik dan psikomotorik dapat terwujud. Bentuk aktivitas jasmani yang disajikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat berbentuk olahraga maupun non olahraga. Olahraga seperti atletik, senam, bela diri, permainan, dan *aquatic*, sedang non olahraga dalam bentuk bermain, modifikasi cabang olahraga, dan aktivitas jasmani lainnya. Secara lengkap ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah (BSNP.2006) meliputi permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas, dan kesehatan.

Definisi berenang adalah olahraga yang dilakukan di air seperti air tawar, air asin, dan laut. Materi renang ini diberikan dalam bentuk materi teori dan praktik. Dalam kegiatan pembelajaran diharapkan siswa dapat belajar renang-gaya bebas Sesuai dengan materi yang diajarkan pada setiap semester dan pada jenjang tertentu. renang dapat dibagi menjadi empat kategori gaya. Gaya bebas, dada, kupu-kupu, dan punggung. Dari empat gaya, gaya bebas adalah gaya dasar yang diberikan kepada siswa karena teknik gerakannya yang sangat mudah untuk diajarkan.

Olahraga renang dalam perkembangannya merupakan olahraga yang banyak digemari masyarakat. Olahraga renang merupakan keterampilan yang dapat

dipergunakan sebagai sarana untuk bermain untuk 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 tersebut antara lain 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. Menurut Indik Karnadi (2010), permainan air pada pembelajaran renang terdiri dari beberapa teknik yaitu teknik pernapasan, teknik luncuran, gerakan tungkai, gerakan tangan, dan gerakan kordinasi. Hal yang paling utama yang harus diajarkan pada siswa yaitu teknik pernafasan. Karena pembelajaran teknik pernafasan ini sangat menunjang ke tahap berikutnya.

Pembelajaran renang ini dimulai secara bertahap dan procedural dengan gerakan sederhana mungkin. Berikut adalah cara yang digunakan guru/pelatih renang yaitu: membuat gelembung melalui mulut dan hidung ditutup, membuat gelembung melalui mulut tetapi hidung tetap dibuka, dan membuat gelembung melalui hidung dengan mulut ditutup. Ricky Wirasmita (2014) dalam olahraga renang, bernapas merupakan salah satu kebutuhan yang penting. Bernapas dengan benar merupakan salah satu kunci agar berenang tidak mudah capek. Ini sangat mudah dipahami karena bagaimana pun bernapas adalah kebutuha kita setiap saat.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan yang dilakukan terhadap para siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sukodono, dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang masih kurang. Hal ini dibuktikan dengan terdapat beberapa siswa yang kurang maksimal dalam melakukan gerak dasar renang, dikarenakan siswa yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar renang. Selain itu kurang maksimalnya siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sukodono dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, disebabkan karena kurangnya penguasaan gerak dasar renang gaya bebas tanpa penggunaan media modifikasi pembelajaran sehingga siswa merasa pembelajaran gerak dasar renang tidak menyenangkan jika dibandingkan dengan pembelajaran sepakbola dan voli, yang banyak disukai oleh para siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sukodono.

Berdasarkan hal di atas maka perlu dilakukan penelitian tindakan kelas mengenai penggunaan media bantu pembelajaran guna meningkatkan keterampilan renang gaya bebas bagi siswa kelas VIII SMPN 2 Sukodono Kecamatan sukodono kabupate sidoarjo. Sehingga dapat ditarik sebuah judul penelitian tindakan kelas “Upaya Penggunaan Media Botol Plastik Untuk Meningkatkan Keterampilan Renang Gaya Bebas Pada Siswa Kelas VIII SMPN 2 Sukodono Tahun Ajaran 2022/2023”.

B. Ruang Lingkup dan Keterbatasan Penelitian

Permasalahan yang terkait pembelajaran renang sangat kompleks. Agar pembahasan lebih terfokus dan dengan mempertimbangkan keterbatasan penulis, masalah pada skripsi ini dibatasi pada “penggunaan media botol plastik

untuk meningkatkan keterampilan renang gaya bebas pada siswa kelas VIII SMPN 2 Sukodono Tahun Ajaran 2022/2023”.

C. Rumusan Masalah

Perumusan Masalah Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat di rumuskan masalah penelitian sebagai berikut: Apakah penggunaan media botol plastik dapat meningkatkan keterampilan renang gaya bebas pada siswa kelas VIII SMPN 2 Sukodono Tahun Ajaran 2022/2023?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk meningkatkan keterampilan renang gaya bebas melalui penerapan media botol plastik pada siswa kelas VIII SMPN 2 Sukodono Tahun Ajaran 2022/2023.

E. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan uraian di atas maka hipotesis dalam penelitian tindakan kelas ini adalah penggunaan media botol plastik dapat meningkatkan keterampilan renang gaya pada siswa kelas VIII SMPN 2 Sukodono Tahun Ajaran 2022/2023.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Guru: Dapat membantu mempermudah proses belajar mengajar para siswa terhadap pendidikan jasmani, khususnya dalam pembelajaran gerak dasar

renang dan dapat meningkatkan dan memperbaiki kemampuan dalam mengajar siswa.

2. Bagi Sekolah: Turut berperan serta dalam meningkatkan kualitas pendidikan melalui proses pembelajaran yang kreatif, inovatif, dan menyenangkan.
3. Bagi Siswa: Dapat meningkatkan ketrampilan gerak dasar renang dan memperoleh suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan melalui media pembelajaran baru.