

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pendidikan merupakan proses interaksi antara beberapa faktor yang terlibat guna meningkatkan potensi yang ada pada dirinya sesuai dengan tujuan pendidikan nasional oleh (Sari, 2017). Diperkuat oleh penelitian (Taqwim & Winarno, 2012) menyatakan bahwa peran pendidikan sangatlah penting dalam kehidupan manusia, generasi muda sekarang yang mengemban ilmu pendidikan disiapkan untuk terampil dalam dunia pendidikan dan mampu mengubah perubahan kehidupan yang lebih baik melalui pendidikan yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana.

Pendidikan jasmani merupakan proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis guna mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam rangka sistem pendidikan nasional oleh (Rahayu, 2013). Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifikan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman pembelajaran melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga.

Siswa SMA sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan dalam kategori remaja menginjak dewasa, pada masa inilah mereka mudah terpengaruh dengan hal-hal yang positif maupun negatif. Dorongan-dorongan yang ada pada diri remaja menggambarkan perlunya perlakuan yang meluas, sehingga ciri-ciri dan minat remaja tergambar lebih

terperinci dan faktual, sesuai dengan usia dan kedewasaan mereka. Minat yang luas dan kemampuan berpikir kompleks disertai dengan komitmen terhadap tugas yang tinggi membuatnya terdorong untuk terus mencari hal-hal baru dan menggali informasi sedalam-dalamnya untuk memuaskan rasa ingin tahunya (Depdiknas, 2007:17).

Pembekalan pengalaman belajar melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar teknik dan strategi permainan olahraga, internalisasi, nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerja sama, dan lain-lain). Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis namun melibatkan unsur fisik dan mental, intelektual, emosional dan sosial.

(Ruseski et al., 2014) mengatakan dengan berolahraga atau melakukan aktifitas fisik yang teratur dapat mengurangi resiko penyakit kronis, mengurangi stress dan depresi, meningkatkan kesejahteraan emosional, tingkat energi, kepercayaan diri dan kepuasan dengan aktivitas sosial.

Olahraga renang merupakan salah satu olahraga sebagai sarana rekreasi, dimana anak-anak usia sekolah sering kali mengalami kejenuhan saat belajar dalam kelas sehingga diperlukan kegiatan rekreasi tersebut. Olahraga renang adalah olahraga yang menuntut keberanian, karena anak yang belajar harus berani memasukkan kepala kedalam air, menahan nafas di dalam air, meluncur, mengapung, dan melakukan sesuatu gerakan didalam air (Nurman, 2018). Renang adalah salah satu cabang olahraga aquatik yang sekarang ini sudah populer di tengah tengah masyarakat. Lalu penelitian (Abdul Gani et al., 2019) yang mengemukakan renang merupakan materi

pelajaran wajib di sekolah karena banyak memberikan manfaat bagi siswa, dan sesuai dengan tujuan penjas.

Aktivitas siswa yang sangat minim dan tidak ada teori di kelas yang dikhususkan untuk memahami materi aktivitas renang kemudian tidak ada sarana dan prasarana yang mendukung, maka siswa sulit memahami aktivitas pembelajaran yang dilakukan. Dalam olahraga renang, ada beberapa gaya yang cukup populer, yaitu : (1) Gaya Bebas (*Crawl*), (2) Gaya Dada (*Breast Stroke*), (3) Gaya Punggung (*Back Stroke*), (4) Gaya Kupu-Kupu, (*Butterfly*). Ke empat gaya renang ini juga sudah diajarkan di sekolah-sekolah yang dirangkum dalam mata pelajaran pendidikan jasmani.

Frekuensi siswa dalam melaksanakan aktivitas renang di sekolah sangatlah terbatas, yaitu hanya berkisar dua sampai tiga kali pertemuan setiap semester. Tentunya hal ini juga sangat berpengaruh terhadap kemampuan siswa untuk dapat menguasai teknik dasar renang gaya bebas dengan baik sehingga siswa juga kurang bisa untuk dapat memahami dengan maksimal teknik dasar renang gaya bebas. Menurut (Sudijono, 2011), pemahaman (*comprehension*) adalah kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu di pahami dan di ingat. dengan kata lain, memahami adalah mengerti atau dapat menjelaskan apa yang telah di ingat dan telah di pelajari dari sesuatu yang telah di dapatkan. Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul : "TINGKAT PEMAHAMAN TEKNIK DASAR RENANG GAYA BEBAS SISWA KELAS X MIPA DI SMA ANTARTIKA SIDOARJO."

B. Batasan Masalah:

Dalam penelitian ini ruang lingkup difokuskan kepada TINGKAT PEMAHAMAN TEKNIK DASAR RENANG GAYA BEBAS SISWA KELAS X MIPA DI SMA ANTARTIKA SIDOARJO.

C. Pertanyaan Penelitian:

Menurut latar belakang masalah diatas maka penulis dapat merumuskan masalah yaituapa penyebab kurangnya tingkat pemahaman teknik dasar renang gaya bebas siswa kelas X MIPA di SMA Antartika Sidoarjo.

D. Tujuan Penelitian:

Berdasarkan pertanyaan penelitian diatas maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui penyebab kurangnya tingkat pemahaman dan kurangnya tingkat ketepatan gerakan siswa kelas XMIPA terhadap teknik dasar renang gaya bebas di SMA Antartika Sidoarjo.

E. Manfaat Penelitian:

1. Bagi peneliti:
Untuk mengetahui apa saja faktor yang mempengaruhi tingkat pemahaman teknik dasar renang gaya bebas siswa kelas X MIPA di SMA Antartika Sidoarjo.
2. Bagi siswa:
Untuk mengetahui dan memahami teknik dasar renang gaya bebas.
3. Bagi guru:
Dapat memunculkan bakat siswa dan membina siswa untuk meraih prestasi.

F. Batasan Istilah:

Untuk tidak menimbulkan adanya perbedaan pengertian, diantara penulis dan pembaca perlu adanya batasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini. Batasan istilah yang digunakan diambil dari beberapa pendapat para pakar yang dalam bidangnya. Beberapa batasan istilah perlu dijelaskan sebagai berikut:

1. Menurut (Sudijono, 2011) pemahaman (*comprehension*) adalah kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu di pahami dan di ingat. dengan kata lain, memahami adalah mengerti atau dapat menjelaskan apa yang telah di ingat dan telah di pelajari dari sesuatu yang telah di dapatkan.
2. Menurut (Harsuki, 2003) pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan meningkatkan individu secara *organic*, neuromuskuler, intelektual, dan emosional melalui aktivitas jasmani.

3. Menurut (Nenden, 2009) renang merupakan kegiatan yang menarik sekaligus menakutkan untuk anak berenang menurut mata anak-anak adalah situasi yang baru.