

**PENGARUH PERMAINAN GEROBAK DORONG
TERHADAP HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS
KELAS VIII UPT SMP NEGERI 8 GRESIK**

SKRIPSI



Oleh:

DENANTY EKA PRATIWI
165900094

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2020**

**PENGARUH PERMAINAN GEROBAK DORONG
TERHADAP HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS
KELAS VIII UPT SMP NEGERI 8 GRESIK**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian
persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada
Program Pendidikan Jasmani

Oleh:

DENANTY EKA PRATIWI
165900094

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

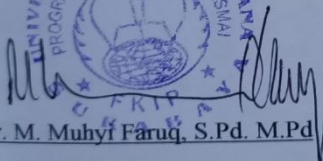
Skripsi Oleh : Denanty Eka Pratiwi
NIM 16590094

Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Gerobak Dorong Terhadap
Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Kelas VIII UPT
SMP Negeri 8 Gresik

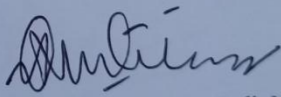
telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Mengetahui
Kaprodik Pendidikan Jasmani

Surabaya, 14 Januari 2020
Pembimbing


Dr. M. Muhyi Faruq, S.Pd. M.Pd

NIP/NPP. 1002560/DY


Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes

NIDN 0009026702



Unipa Surabaya

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA
SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya
60234

Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.
<http://fkip.unipasby.ac.id/>

PENGESAHAN


Nama Mahasiswa : Denanty Eka Pratiwi
NIM : 165900094
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Gerobak Dorong Terhadap Hasil Belajar
Renang Gaya Bebas Kelas VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik

Skripsi ini telah diuji dan disetujui oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya:

Pada hari : Rabu
Tanggal : 22 Januari 2020


Panitia Ujian Skripsi:

1. Ketua



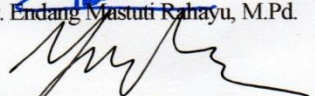
Dr. Suhari., S.H., M.Si.

2. Sekretaris



Dr. Endang Mastuti Rahayu, M.Pd.

3. Anggota



Yandika Fefrian R, S.Pd., M.Or

4. Anggota



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Denanty Eka Pratiwi
NIM : 165900094
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat

Surabaya, 14 Januari 2020
Yang membuat pernyataan,



Denanty Eka Pratiwi

ABSTRAK

Pratiwi, Denanty Eka. 2020. *Pengaruh Permainan Gerobak Dorong Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Kelas VIII UPT SMP NEGERI 8 GRESIK*. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.

Kata kunci: Permainan gerobak dorong, hasil belajar, renang, gaya bebas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan gerobak dorong terhadap hasil belajar renang gaya bebas kelas VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Desain dalam penelitian ini menggunakan *pretest-posttest control group design* populasi dalam penelitian ini adalah kelas VIII. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Random Sampling*.

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pengolahan data yang sudah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut : “Ada pengaruh antara permainan gerobak dorong terhadap hasil belajar renang gaya bebas”. Hasil tersebut ditunjukkan dengan hasil data sebagai berikut: Hasil dianalisis menggunakan bantuan SPSS 21.0. Ditemukan hasil uji t untuk nilai *sig (2-tailed)* $0.000 < 0.05$. maka kesimpulan yang dapat diuraikan bahwa data penelitian tersebut memiliki tingkat signifikansi dari kelompok eksperimen variabel $p < 0.05$, dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan atau perbedaan antara data *pre test* dan *post test* dari kelompok eksperimen. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan hasil renang gaya bebas 25 meter setelah diberi permainan gerobak dorong.

ABSTRACT

Pratiwi, Denanty Eka. 2020. *The Effects of Push Cart Games on Class VIII Freestyle Swimming Pool Learning Outcomes of GRESIK 8TH STATE MIDDLE SCHOOL*. Physical Education Study Program. Faculty of Teacher Training and Education. PGRI Adi Buana University Surabaya. Supervisor: Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.

Keywords: wheelbarrow games, learning outcomes, swimming, Freestyle.

This study aims to determine the effect of wheelbarrow games on the learning outcomes of freestyle swimming classes VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik.

The method used in this study is an experimental method. The design in this study uses the pretest-posttest control group design. The population in this study is class VIII. The determinant of the sample in this study was using the cluster random sampling technique.

Based on the research and data processing that has been done can be concluded as follows: "there is an influence between the wheelbarrow game on the learning outcomes of freestyle swimming." These results are indicated by the results of the data as follows : the results were analyzed using SPSS 21.0. sig value (2-tailed) $0.000 < 0.05$, then the conclusion can be described that the research data has a significance level of the experimental group variabel $p < 0.05$, thus there is a significant influence or difference between the pre-test and post-test data of the experimental group. So it can be concluded that there are differences in the results of the 25 meter freestyle swimming after being given a wheelbarrow game.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Motto

Selama Ada Keyakinan, Semua Akan Menjadi

MUNGKIN ☺ -denantyy_

Skripsi ini saya persembahkan:

1. Allah SWT dan Rasulluallah Muhammad SAW.
 2. Kedua orangtua tercinta Tri Prastyanto dan Sutik Andriani.
 3. Adik kandung laki-laki saya Destyan Eka Pratama dan seluruh keluarga besar ku.
 4. Sahabat baik saya Dwi nona, Nadya anisa, Lailatul qomariyah, Rizal second, Monique agustia, Savira izza.
 5. Kekasihku tersayang.
 6. Teman-teman Pendidikan Jasmani Angkatan 2016, khususnya kelas C.
 7. Teman-teman Magang 3 yang selalu memberikan semangat dan saling membantu.
 8. Teman-teman Bimbingan Skripsi yang luar biasa saya sayangi. Terima kasih untuk kerja sama selama ini.
 9. Dan semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu saya sehingga penyusunan skripsi ini terselesaikan.
- Sayang kalian semua. Kalian hebat ☺

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kehadiran Allah Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan hidaya-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Permainan Gerobak Dorong Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Kelas VIII UPT SMPN 8 GRESIK” .

Adapun penulisan skripsi ini untuk memenuhi syarat dalam mencapai gelar Sarjana Pendidikan. Penulisan skripsi ini tidak akan berjalan lancar tanpa ada bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, baik secara moril atau materi, oleh karena itu penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

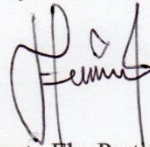
1. Dr. M. Subandowo, Ms., Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Dr. Suhari, S.H., M.Si., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Dr. M. Muhyi Faruq, M.Pd., Ketua Progam Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes ,Selaku Dosen Pembimbing Skripsi Progam studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Suabaya.
5. Yandika Fefrian R, S.Pd., M.Or Selaku Dosen Penguji Skripsi Progam studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Suabaya.
6. Kedua orangtua tercinta (Tri Prastyanto dan Sutik Andriani). Terima kasih untuk semua kasih sayang yang diberikan dalam membimbing, mendo'akan dan memotivasi saya untuk meraih kesuksesan.
7. Drs. Jupri,M.M ,Kepala Sekolah UPT SMPN 8 GRESIK yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
8. Siswa Siswi kelas VIII J UPT SMPN 8 GRESIK yang bersedia menjadi sampel dalam penelitian.

9. Bapak/Ibu Dosen Pendidikan Jasmani yang banyak memberikan bekal ilmu pendidikan jasmani sehingga saya mampu menyelesaikan penulisan skripsi.
10. Rizqi Suryawati Centrum, M.Pd ,Mentor serta guru saya yang sudah membimbing sehingga saya mampu menyelesaikan penulisan skripsi.
11. Seluruh keluarga besar dan teman-teman yang telah memberikan semangat dan mendo'akan saya sehingga penyusunan skripsi ini terselesaikan tepat waktu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan atau jauh dari kesempurnaan, hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang kita miliki.

Oleh karena itu, besar harapan penulis untuk memberikan saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca untuk menuju yang lebih baik dan lebih sempurna. Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis serta bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan menjadi referensi bagi penelitian sejenis yang selanjutnya.

Surabaya, 14 Januari 2020



Denanty Eka Pratiwi

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Pernyataan Keaslian	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
Persembahan/Motto.....	vii
Kata pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Lampiran	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	2
C. Rumusan Masalah	3
D. Tujuan Penelitian.....	3
E. Manfaat Penelitian	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA	4
A. Dasar Teori	4
1. Pengertian Renang.....	4
2. Perinsip-perinsip Renang.....	4
3. Pelaksanaan Proses Pembelajaran	5
4. Renang Gaya Bebas.....	5
5. Teknik Berenang Gaya Bebas	6
6. Hasil Belajar	13
B. Tinjauan Penelitian yang Relevan.....	14
C. Kerangka Konseptual.....	16
D. Hipotesis.....	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
A. Desain Penelitian	18
B. Populasi dan Sampel Penelitian	19
C. Variabel Penelitian.....	19
D. Instrumen Penelitian	20
E. Teknik Pengumpulan Data.....	25

F. Teknik Analisis Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN dan PEMBAHASAN	27
A. Hasil Penelitian.....	27
1. Deskriptif	27
2. Pengujian Persyaratan Analisis.....	28
3. Pengujian Hipotesis	29
B. Pembahasan	30
BAB V PENUTUP.....	33
A. Simpulan	33
B. Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA.....	34
LAMPIRAN.....	36

DAFTAR TABEL

3.1 Tabel Kemampuan Teknik Dasar Renang gaya bebas	21
3.2 Keterangan Forum Penelitian daya apung	22
3.3 Keterangan Forum Penelitian gerakan kaki	23
3.4 Keterangan Forum Penelitian gerakan lengan	23
3.5 Keterangan Forum Pengambilan nafas	24
3.6 Keterangan Kriteria Penilaian Produk	24
4.1 Data Analisi Deskriptif	27
4.2 Data Uji Normalitas	29
4.3 Uji Paired Sample Test (Uji <i>T</i>)	29

DAFTAR GAMBAR

2.1 gerakan kaki gaya bebas	7
2.2 pengambilan napas pada gaya bebas	9
2.3 ayunan gaya bebas	11
2.4 Permainan gerobak dorong.....	14

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Format Revisi Skripsi.....	36
Lampiran 2 Berita Acara Bimbingan Skripsi.....	37
Lampiran 3 Surat Permohonan Ijin Penelitian	38
Lampiran 4 Surat Keterangan Penelitian	39
Lampiran 5 Tabel Pelaksanaan Pre test dan Post test	40
Lampiran 6 Tabel SPSS	46
Lampiran 7 Jadwal Penelitian.....	51
Lampiran 8 Foto Pelaksanaan.....	52