

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia diciptakan dengan berbagai keberagaman dimana terdapat persamaan dan perbedaan serta kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri setiap individu. Setiap manusia pasti memiliki kekurangan yang berbeda dengan manusia lainnya dan kelebihan yang berbeda dengan manusia lainnya, tidak terkecuali anak berkebutuhan khusus dimana mereka memiliki kelebihan dibalik kekurangan yang mereka miliki.

Pendidikan adalah hak setiap orang tanpa terkecuali bagi anak - anak yang secara lahiriah memiliki perbedaan (*individual differences*). Kenyataan menunjukkan, begitu banyak saudara kita yang berbeda karena keterbatasan baik secara fisik, emosional, intelektual, mental dan sosial ataupun karena keistimewaan talenta yang dimilikinya. Atas kesadaran ini, pendidikan khusus merupakan solusi alternatif bagi anak - anak yang berbeda tersebut.

Pendidikan khusus merupakan proses pendidikan yang dilaksanakan kepada peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental, sosial, dan/atau memiliki potensi kecerdasan dan potensi istimewa. Melaksanakan pelayanan pendidikan khusus merupakan amanat undang-undang. Tercantum pada pasal 5 Undang-undang nomor 4 tahun 1997 tentang Penyandang berkebutuhan khusus menegaskan, "*Setiap penyandang*

berkebutuhan khusus mempunyai hak dan kesempatan yang sama dalam segala aspek kehidupan dan penghidupan". Sedangkan pasal 5 ayat (2) Undang Undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan, "*Warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan/ atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus.*"

Sekolah Luar Biasa (SLB) sebagai lembaga penyelenggara pendidikan khusus berperan penting dalam mengembangkan potensi peserta didik seoptimal mungkin dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Tujuan dari pendidikan pada umumnya ialah menyediakan lingkungan yang memungkinkan untuk mengembangkan potensi dan kemampuannya secara optimal, sehingga ia dapat mewujudkan dirinya dan berfungsi sepenuhnya sesuai dengan kebutuhan pribadinya dan kebutuhan masyarakat. Oleh karena itu, sudah sebagai kewajiban sekolah sebagai lembaga formal untuk dapat mengembangkan sumber daya yang ada pada peserta didik, secara khusus untuk anak berkebutuhan khusus.

Penyelenggaraan pendidikan bagi anak dengan kebutuhan khusus dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain melalui pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Manfaat pendidikan jasmani dan olahraga telah teruji dalam upaya memberdayakan manusia. Diperlukan adanya model sebagai upaya pengembangan pemberdayaan anak dengan kebutuhan khusus melalui pendidikan jasmani. Salah satu bentuk program

pendidikan jasmani yang sesuai dengan anak kebutuhan khusus adalah program pendidikan jasmani adaptif.

Pendidikan jasmani adaptif adalah suatu proses mendidik melalui aktivitas gerak untuk laju pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun psikis dalam rangka pengoptimalan seluruh potensi kemampuan, keterampilan jasmani yang disesuaikan dengan kemampuan dan keterbatasan anak, kecerdasan, kesegaran jasmani, sosial, kultural, emosional, dan rasa keindahan demi tercapainya tujuan pendidikan yaitu terbentuknya manusia seutuhnya.

Tunanetra adalah mereka yang tidak memiliki penglihatan sama sekali (buta total) hingga mereka yang masih memiliki sisa penglihatan, tetapi tidak mampu menggunakan penglihatannya untuk membaca tulisan biasa berukuran 12 point dalam keadaan cahaya normal meski pun dibantu dengan kacamata (kurang awas).

Salah satu pengembangan potensi yang dapat dikembangkan oleh siswa tunanetra adalah olahraga renang. Pada dasarnya olahraga renang merupakan olahraga wajib yang harus dikuasai oleh semua orang dan baik buat kesehatan. Dengan berenang, semua otot dapat bekerja sesuai dengan fungsinya sehingga baik bagi perkembangan tubuh, khususnya bagi anak tunanetra. Renang merupakan bentuk latihan serbaguna untuk peserta didik, karena dapat mencakup sebagai kegiatan bersifat terapi, bermain, prestasi dan menyenangkan.

Meluncur dalam renang sangat berguna untuk memulai suatu gerakan renang, baik itu renang gaya bebas maupun renang gaya dada dan lain-lain. Memberikan pengajaran pendidikan jasmani kepada anak tunanetra tidak semudah seperti memberikan pengajaran pada umumnya, dibutuhkan suatu strategi dan alat bantu pengajaran. Agar teknik meluncur dapat berjalan sempurna, setiap siswa akan diberikan pembelajaran renang menggunakan media pelampung punggung guna meningkatkan gerak meluncur yang benar. Pada proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru juga membutuhkan media pembelajaran sebagai alat bantu untuk mempermudah guru dalam menyampaikan informasi kepada peserta didik.

Pada kasus anak tunanetra yang notabene sulit melakukan gerakan-gerakan, media pelampung punggung digunakan untuk membantu guru penjas dalam hal ini pada materi luncuran renang membantu guru untuk mempraktekan gerakan-gerakan renang seperti meluncur dan lain-lain. Dalam penelitian ini alat bantu yang digunakan adalah pelampung punggung terbuat dari bahan busa karet berkualitas anti rembes. Pelampung punggung cocok untuk anak-anak yang hobi bermain air atau belajar renang. Pelampung punggung nyaman dipakai dan mudah cara memakainya karena sudah dilengkapi dengan dua tali slot kancing dengan ukuran tali 120cm yang bisa diatur sesuai ukuran badan. Ukuran Panjang 23cm. x Lebar 13cm. x Tebal 7cm. Penggunaan media ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pembelajaran meluncur dalam renang.

Oleh karena itu untuk mengatasi masalah-masalah tersebut para siswa harus belajar secara baik dan teratur dengan menggunakan media pelampung punggung. Media tersebut merupakan cara untuk meningkatkan kemampuan gerakan meluncur dalam renang. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti akan mengkaji penggunaan *Media Pelampung Punggung* pada siswa tunanetra.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat di identifikasikan sebagai berikut :

1. Bagaimana pelaksanaan aktifitas pendidikan jasmani pada siswa berkebutuhan khusus?
2. Apakah *media pelampung punggung* dapat dimanfaatkan sebagai alat penunjang proses pembelajaran luncuran renang bagi siswa tunanetra?
3. Apakah penggunaan *media pelampung punggung* dapat mempengaruhi pemahaman siswa terhadap materi pelajaran luncuran renang?
4. Bagaimana melakukan proses pembelajaran dengan menggunakan *media pelampung punggung* sebagai media pembelajaran?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dibatasi pada “Sejauh mana *media pelampung punggung* dapat meningkatkan kemampuan meluncur renang pada siswa tunanetra di Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah. Maka dapat di rumuskan masalah sebagai berikut : Apakah pelampung punggung dapat meningkatkan kemampuan meluncur renang pada siswa tunanetra di Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

Dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam berinteraksi dengan teman dalam pembelajaran, berani untuk melakukan gerakan, dan meningkatkan hasil belajar *luncuran renang* dengan menggunakan *media pelampung punggung*.

2. Bagi Guru

- Sebagai masukan bagi guru dalam menerapkan berbagai tindakan kelas yang bervariasi untuk meningkatkan hasil belajar siswanya.

- Sebagai masukan bagi guru dalam menerapkan berbagai media pembelajaran untuk memudahkan siswa meningkatkan hasil belajarnya.
- Sebagai alat bantu pembelajaran bagi guru dalam penguasaan keterampilan teknik dasar meluncur.

3. Manfaat bagi Sekolah

Hasil dari penelitian dapat menjadikan pertimbangan sekolah untuk dikembangkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan dapat di jadikan kebijakan dalam peningkatan mutu hasil belajar KBM olahraga di sekolah.

BAB II

KERANGKA TEORETIS, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS TINDAKAN

1. Kerangka Teoritis

A. Hakikat Belajar

a. Belajar

Belajar merupakan sebuah proses kompleks yang terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup, sejak masih bayi (dalam kandungan) hingga keliatan nanti. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar sesuatu adalah adanya perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut baik perubahan bersifat pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor), maupun yang menyangkut nilai dan sikap (afektif). Belajar pada hakikatnya adalah “perubahan” yang terjadi didalam diri seseorang setelah melakukan aktivitas tertentu. Walaupun pada kenyataannya tidak semua perubahan termasuk kategori belajar. Misalnya perubahan fisik, mabuk, gila dan sebagainya.

Menurut W.H Burton¹, dalam buku Eveline Siregar dan Hartini Nara mengemukakan bahwa belajar adalah proses perubahan tingkah laku pada diri individu dan individu dengan lingkungannya sehingga mereka lebih mampu berinteraksi dengan lingkungannya.

¹ Evelin Siregar dan Hartini Nara, *Teori Belajar dan Pembelajaran* (Jakarta : Universitas Negeri Jakarta, 2007), h.2

Skinner berpandangan bahwa belajar adalah suatu perilaku. Pada saat orang belajar, maka responnya menjadi lebih baik. Sedangkan, bila ia tidak belajar maka responnya menurun. Dalam belajar ditemukan adanya hal sebagai berikut :

1. Kesempatan terjadinya peristiwa yang menimbulkan respons belajar.
2. Respons si pembelajar.
3. Konsekuensi yang bersifat menguatkan respons tersebut.
Pemerkuat terjadi pada stimulus yang menguatkan konsekuensi tersebut.²

Menurut Gagne³, dalam buku M. Ngalim Purwanto menyatakan bahwa: belajar terjadi apabila suatu stimulus bersama dengan isi ingatan mempengaruhi siswa sedemikian rupa sehingga perbuatannya (performance-nya) berubah dari waktu sebelum ia mengalami situasi itu ke waktu sesudah ia mengalami situasi tadi.

Menurut Witherington, dalam buku M. Ngalim Purwanto mengemukakan belajar adalah suatu perubahan didalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru dari pada reaksi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepandaian, mengetahui suatu pengertian⁴.

² Dimiyanti dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran* (Jakarta: PT Rineke Cipta, 2002), h.9

³ M. Ngalim Purwanto, *Psikologi Pendidikan*, (bandung:PT Remaja Rosdakarya,2007), h.84

⁴ *Ibid.*, h.84

Kesimpulan dari para ahli, belajar merupakan suatu perubahan yang terjadi melalui latihan atau pengalaman. Kemandirian dalam belajar diartikan sebagai aktifitas belajar yang berlangsung, lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri, dan tanggung jawab sendiri dari pembelajar.

b. Hasil Belajar

Hasil belajar menurut Oemar Hamalik adalah bila seseorang telah belajar akan terjadi perubahan tingkah laku pada orang tersebut dari tidak tahu menjadi tahu. Tingkah laku manusia terdiri dari sejumlah aspek hasil belajar akan tampak pada setiap perubahan aspek-aspek antara lain hubungan sosial, kebiasaan jasmani, keterampilan, etis atau sistem budipekerti, apresiasi sikap.⁵

Menurut Soediyarto⁶ hasil belajar adalah tingkat penguasaan yang dimiliki siswa dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar sesuai dengan tujuan pendidikan yang ditetapkan. Soediyarto mengelompokkan hasil belajar menjadi 3 jenis, yaitu hasil belajar kognitif, hasil belajar afektif dan hasil belajar psikomotor. Hasil belajar kognitif meliputi pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis dan evaluasi. Hasil belajar afektif berkenaan dengan sikap dan nilai. Hasil belajar psikomotor tampak dalam bentuk keterampilan dan

⁵ Oemar Hamalik, *Perencanaan Berdasarkan Pendekatan Sistem*(Jakarta: Bumi Aksara, 2005), p. 39

⁶ Soediyarto, Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas program belajar dan implikasinya bagi pengembangan pendidikan yang relevan. Analisis Pendidikan (Jakarta : 1981), h 61

kemampuan bertindak individu. Ketiga jenis hasil belajar tersebut harus dapat dicapai sesuai dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajar, Howard Kingsley dalam Nana Sudjana membagi 3 macam hasil belajar yakni:

1. Keterampilan dan kebiasaan,
2. Pengetahuan dan pengertian,
3. Sikap dan cita-cita masing-masing, jenis hasil belajar dapat diisi dengan bahan yang telah ditetapkan dalam kurikulum.⁷

Dari pengertian ini perubahan perilaku yang baru merupakan hasil belajar, tetapi tidak semua bentuk perilaku yang baru adalah hasil belajar. Berikut ini dikemukakan beberapa prinsip yang mendasari pengertian tersebut:

1. Perubahan sebagai hasil belajar, ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:
 - a. Perubahan yang disadari
 - b. Perubahan yang bersifat kontinu dan fungsional
 - c. Perubahan yang bersifat positif dan aktif

⁷ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*(Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005), p. 22

- d. Perubahan yang bersifat relatif permanen dan bukan bersifat temporer dan bukan karena proses kematangan, pertumbuhan atau perkembangan
 - e. Perubahan yang bertujuan dan terarah
2. Hasil belajar ditandai dengan perubahan seluruh aspek pribadi
 3. Belajar merupakan suatu proses yang disengaja
 4. Belajar terjadi karena ada dorongan dan tujuan yang dicapai
 5. Belajar merupakan suatu bentuk pengalaman yang dibentuk secara sengaja, sistematis dan terarah⁸.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah tingkat penguasaan seseorang terhadap tujuan pembelajaran yang biasanya dibedakan menjadi hasil belajar kognitif, afektif dan psikomotor. Dalam penelitian ini hasil belajar yang diharapkan lebih mengarah pada hasil belajar psikomotor mengingat penelitian ini berkaitan dengan pendidikan jasmani.

c. Belajar Pada Anak Tunanetra

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang dalam pendidikan memerlukan pelayanan yang spesifik, berbeda dengan anak pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus ini mengalami hambatan dalam belajar dan perkembangan.

⁸ Mohammad Surya, *Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran*, CV Mahaputra Adidaya, Jakarta 2003, p.73

Oleh karena itu memerlukan pelayanan pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan belajar masing-masing anak. Namun dalam penelitian ini yang di fokuskan adalah anak berkebutuhan khusus yang mengalami hambatan penglihatan atau tunanetra. Istilah-istilah umum yang dipakai dalam dunia pendidikan pada saat ini terhadap anak yang mengalami hambatan penglihatan yaitu : *child who is totally blind*, *visually impairment*, dan *child who is low vision atau partially sight*.

Ini menandakan bahwa anak dengan hendaya penglihatan adalah “anak-anak yang mempunyai kemampuan lain” kemampuan lain di sini berarti mengacu pada kemampuan inteligensi yang cukup baik dan daya ingat yang kuat.

Menurut Lowenfeld (dalam Sugiamin1975) ada 3 prinsip dalam proses yang harus diperhatikan pendidikan bagi anak berkelainan indra penglihatan, yaitu :

1. Pengalaman konkrit Siswa dapat mengenali obyek melalui benda yang dapat disentuh sehingga dapat mengetahui kualitas bentuk, ukuran, dan orientasi yang tidak dapat dipahami.
2. Kesamaan pengalaman Agar mendapatkan pandangan yang menyeluruh siswa berkelainan penglihatan perlu diberi pengalaman yang sistematis melalui indra orang lain.
3. Belajar dengan bertindak Siswa harus dijalin supaya aktif terlibat dalam proses pembelajaran. Adapun beberapa kebutuhan yang diperlukan dalam proses pembelajaran para tunanetra antara lain :

- a. Bacaan dan tulisan Braille. Huruf Braille adalah suatu sistem yang menggunakan kode berupa titik-titik yang ditonjolkan untuk menunjukkan huruf, angka, dan simbol-simbol lainnya.
- b. Keyboarding. Kemampuan menggunakan keyboard merupakan cara agar tunanetra dapat berkomunikasi dalam bentuk tulisan dengan orang lain.
- c. Alat bantu menghitung. Sempoa dan kalkulator menjadi alat bantu yang penting bagi orang-orang tunanetra.
- d. Optacon. Mesin ini bisa membuat penyandang tunanetra mengakses materi-materi yang dulu tidak mungkin diperoleh, kendalanya adalah harganya yang mahal.
- e. Mesin baca Kurzweil. Mesin ini dapat membaca buku yang tercetak hasil huruf-hurufnya dikeluarkan dalam bentuk suara.
- f. Buku bersuara talking book telah menjadi alat pendidikan standar bagi penyandang tunanetra.
- g. Teknologi computer. Kemajuan dalam teknologi computer memberikan dampak positif dalam pendidikan anak yang mengalami hambatan penglihatan.

Dengan demikian jelaslah bahwa melaksanakan proses pembelajaran pada anak tunanetra tidak sama dengan mendidik anak normal. Sebab selain memerlukan pendekatan yang khusus juga memerlukan strategi yang khusus pula. Hal tersebut semata-mata

bersandar pada kondisi yang dialami anak tunanetra. Oleh karena itu dengan pendekatan dan strategi khusus dalam melaksanakan proses pembelajaran diharapkan anak tuna netra dapat ;

- a. Menerima kondisinya.
- b. Melakukan sosialisasi dengan baik.
- c. Berjuang sesuai kemampuan.
- d. Memiliki ketrampilan yang dibutuhkan.

Sehingga diharapkan anak tunanetra dapat berdaya guna dan berhasil guna secara tepat sebagai warganegara dan anggota masyarakat.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan, bahwa proses belajar mengajar pada anak yang memiliki hambatan penglihatan atau tunanetra diperlukan adanya komunikasi yang baik serta latihan ketrampilan guna memberdayakan indera lain selain indera penglihatan. Artinya guru harus menggunakan indra pendengaran, pengecap dan pembau saat menyampaikan pelajaran.⁹

⁹[http://download.portalgaruda.org/article.php?article=253273&val=6820&title=BAGAIMANA%20MENGAJAR%20ANAK%20TUNANETRA%20\(DI%20SEKOLAH%20INKLUSI\)](http://download.portalgaruda.org/article.php?article=253273&val=6820&title=BAGAIMANA%20MENGAJAR%20ANAK%20TUNANETRA%20(DI%20SEKOLAH%20INKLUSI))
diakses sabtu 10 Mei 2015

B. Hakikat Luncuran Renang

a. Renang

Di zaman dahulu, orang masuk ke dalam air dengan tujuan untuk menghindari kebakaran hutan, melarikan diri dari musuh, mencari makanan, atau menyejukan badan dari sengatan matahari. Apapun alasannya, sejarah renang dari berbagai zaman sangatlah menarik. Manusia, baik perempuan ataupun laki-laki, terdorong untuk masuk ke dalam air oleh suatu kekuatan yang tidak dapat dijelaskan. Anak-anak selalu mencari genangan air hujan untuk bermain¹⁰.

Renang adalah salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat, khususnya para remaja dan anak-anak, oleh karena itu di Indonesia terutama di kota besar banyak tersedia kolam renang yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat untuk meningkatkan kebugaran dan prestasi olahraga.

Renang juga merupakan salah satu cabang olahraga yang menuntut suatu pola gerakan tangan dan kaki yang harus dilakukan pada saat bersamaan sehingga dapat mengapung dan meluncur bergerak maju dari satu tempat ke tempat lain. Gerakan kombinasi antara kaki dan tangan serta teknik pengambilan nafas dan dipadukan dengan koordinasi gerakan saat berenang dapat menciptakan hasil gerakan yang lebih efisien, efektif dan renang yang baik.

¹⁰ David G. Thomas, MS, *Renang Tingka Pemula* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada) h,1

Teknik dasar renang harus dikuasai terlebih dahulu sebelum memulai berlatih gaya renang. Ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai sebelum siswa mempelajari dan berlatih gaya berenang. Teknik dasar renang berguna untuk mempermudah dan membantu siswa berlatih gaya renang. Teknik dasar renang meliputi teknik pernafasan, teknik meluncur dan teknik mengapung.

Adapun beberapa penjelasan teknik dasar dalam berenang adalah sebagai berikut :

1. Pernafasan

Aktifitas belajar mengendalikan nafas pada saat berenang dapat dilakukan dengan berbagai cara. Tujuan utamanya adalah membiasakan siswa agar dapat mengendalikan nafas, khususnya pada waktu terapung dengan posisi telungkup di air. Kebiasaan mengendalikan nafas merupakan aspek vital dalam berenang. Mengendalikan nafas agar sesuai dengan pola gerak dalam berenang, mungkin merupakan faktor yang sulit, tetapi hal ini merupakan faktor yang sangat berharga dan merupakan keterampilan yang diperlukan dalam berenang. Semua perenang perlu bernafas, oleh karena itu siswa harus dilatih keterampilan ini sampai terbiasa¹¹.

¹¹ Drs. Ermat Suryatna, M.Kes dan Drs. Adang Suherman, MA *Pembelajaran Renang Di Sekolah Dasar* (Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas, Jakarta : 2001) h, 81

Berikut ini adalah salah satu cara mengambil nafas posisi telentang :

Lakukan dengan sikap tubuh terapung dalam posisi terapung, kedua tangan memegang dinding kolam, gunakan pelampung diantara kedua lutut. Ambil nafas melalui mulut dan masukan muka ke dalam air. Mata melihat ke depan sedikit. Permukaan air berada pada dahi, buang nafas melalui hidung. Setelah itu, dorong dagu ke depan, sehingga dagu sejajar dengan permukaan air. Usahakan jangan mengangkat kepala. Buka mulut, lakukan ambil nafas melalui dengan cepat, lalu masukan lagi muka ke dalam air dan buang nafas di dalam air¹².

2. Meluncur

Meluncur merupakan gerakan tubuh secara horizontal di bawah permukaan air. Pertama-tama turunlah ke dalam kolam yang dangkal dan membelakangi dinding kolam. Tempelkan salah satu telapak kaki anda (kanan atau kiri) di dinding kolam dengan jari-jari kaki menghadap ke bawah sebagai tolakan untuk meluncur. Dorong badan melalui tolakan kaki tersebut dan meluncurlah sejauh mungkin dengan tangan sejajar di depan. Kepala diusahakan masuk dalam air sehingga kuping sejajar dengan lengan tangan. Lakungan gerakan ini sebanyak 10 sampai 15 kali

¹² *Ibid*, h, 82

untuk menemukan keseimbangan tubuh anda. Ada dua macam teknik dalam meluncur, yaitu :

- a. Meluncur dengan tolakan
- b. Meluncur tanpa tolakan

3. Mengapung

Mengambang atau mengapung merupakan gerakan tubuh melayang dibawah permukaan air dan kepala diatas permukaan air dengan dorongan tangan dan kaki sebagai penyeimbang. Mengambang atau mengapung ada dua macam, yaitu mengambang terlentang dan mengambang tegak lurus vertical¹³.

Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut :

a. Mengambang terlentang

Pelajaran ini penting dan lebih mudah bagi pemula, karena tidak memerlukan keterampilan yang sulit terutama dalam pengambilan nafas. Namun dalam pelaksanaannya siswa dituntut untuk berani menengadah. Posisi terlentang dapat dilakukan oleh semua orang seperti kita sedang tidur. Telentang yaitu posisi tubuh di kolam renang dalam keadaan terapung menengadah, yang ditandai oleh wajah atau mata orang seperti kita sedang tidur.

b. Mengambang tegak lurus secara vertical

¹³ <http://noviantkj.blogspot.com/2013/05/teknik-dasar-renang.html?m=1>, diakses 4 Mei 2015

Mengambang tegak lurus secara vertikal adalah salah teknik dasar yang harus dikuasai oleh siswa, ketika siswa sanggup melayang merupakan salah satu pelajaran berenang yang paling berharga. Dan ini merupakan salah satu langkah awal yang harus dikuasai sebaik mungkin. Banyak orang yang mulai belajar berenang mengira, bahwa untuk dapat mempertahankan diri pada permukaan air mereka harus menggerak-gerakan tangan dan kaki. Tetapi sesungguhnya jauh lebih mudah untuk relaks dan melayang di atas permukaan. Kita percaya pada diri kita sendiri dan juga tidak mengeluarkan energi sama sekali.¹⁴ Gerakan mengambang tegak lurus secara vertikal merupakan gerakan yang paling sering digunakan ketika seseorang berenang. Mengambang tegak lurus secara vertikal paling lazim digunakan yaitu gerakan tubuh dengan posisi tubuh tegak lurus dibawah permukaan air dan kepala tetap diatas permukaan air sebatas dagu, sedangkan untuk gerakan tangan dan kaki digerakan untuk keseimbangan agar tubuh tetap melayang di permukaan air.

Untuk membantu agar pembelajaran renang dapat berjalan dengan baik dan benar, di perlukan juga alat bantu belajar renang. Beberapa macam alat bantu belajar renang

¹⁴ David Haller, *Belajar Renang* (Pionir Jaya, Bandung) h, 16, 17

dapat digunakan untuk memperkaya bahan ajar, sehingga waktu aktif belajar dapat dimanfaatkan secara penuh. Artinya dengan dukungan alat bantu, anak tidak banyak menunggu giliran atau harus satu-satu dilayani oleh guru. Alat bantu akan sangat besar manfaatnya pada situasi kelas yang jumlah siswanya banyak. Selain itu, alat ini bermanfaat untuk menjaga keselamatan siswa. Dengan demikian terciptanya rasa aman.¹⁵

b. Luncuran Renang

Meluncur telungkup merupakan dasar dari semua gaya renang dengan posisi telungkup. Mungkin perlu dicatat bahwa berenang pada dasarnya adalah mendorong tubuh sendiri menerobos air sampai mengapung. Sifat alami tubuh manusia, sebenarnya terapung. Hal ini karena di dalam tubuh terdapat sebuah cairan dan udara dalam paru-paru menyebabkan tubuh terapung. Posisi terapung ditentukan oleh keseimbangan tubuh, dikaitkan dengan posisi udara yang terdapat didalam tubuh anda.¹⁶

Adapun beberapa tahapan latihannya adalah sebagai berikut :

a. Latihan Terapung Telungkup

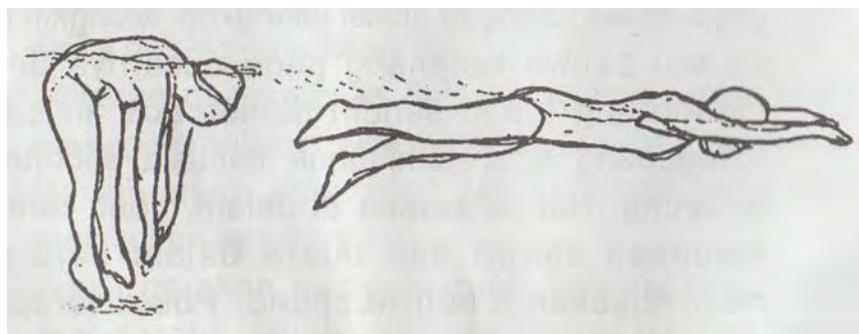
Untuk melakukan luncuran dengan posisi telungkup, berdirilah dengan kedua lengan disamping badan kolam renang sedalam dada. Ambil nafas sedalam-dalamnya dan bengkokkan

¹⁵ *Op.Cit*, h, 10,11,13

¹⁶ *Op.Cit*, h, 71

badan kedepan, kedua tangan menempel pada paha. Rendahkan muka kedalam air sampai kedua telinga tertutup air. Biarkan kedua tangan turun dari paha ke betis. Pada saat tangan turun ke bawah melebihi lutut, biarkan kedua kaki naik ke atas tidak menyentuh lantai.

Lakukan sikap terapung dengan posisi kedua lengan dan tungkai menggantung seperti ikan ubur-ubur. Untuk selanjutnya, sambil terus menahan nafas, luruskan kedua lengan ke depan dan kedua tungkai ke belakang. Pertahankan posisi ini beberapa saat, turunkan kedua tungkai ke bawah dan kedua lengan menyentuh lutut. Angkat kepala ke atas agar kedua kaki menyentuh lantai. Segera berdiri, setelah kedua kaki menyentuh lantai. Untuk lebih jelasnya, lihat beberapa titik observasi berikut gambar diatas.¹⁷



Gambar 1

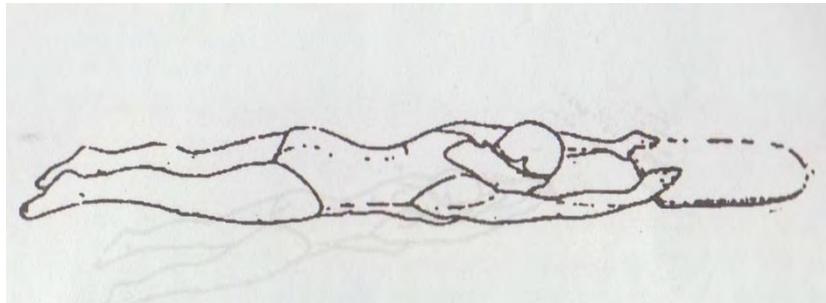
Sumber : Ermat Suryatna, dan Adang Suherman, *Renang Kompetitif* (Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas, Jakarta : 2001) h, 72

¹⁷ *Ibid* h, 64-65

b. Latihan meluncur dengan pelampung

Pada kedalaman kolam setinggi dada, peganglah ujung pelampung dengan kedua tangan. Ambil nafas sedalam-dalamnya dan doronglah kedua kaki pada lantai ke depan hingga tubuh membentuk posisi lurus terapung di permukaan air.

Luruskan kedua tungkai ke belakang. Pertahankan posisi ini sekuat-kuatnya. Lihat gambar berikut.

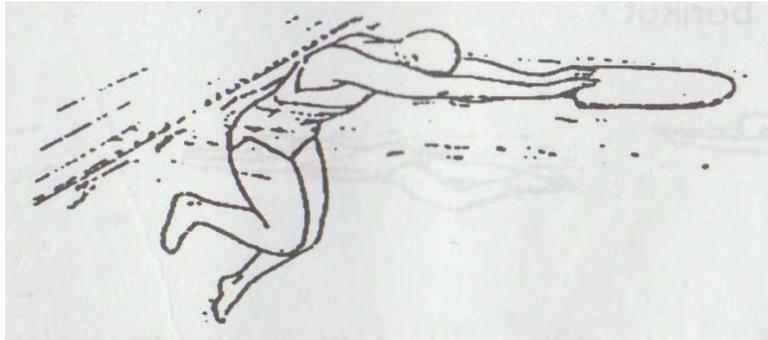


Gambar 2

Sumber : Ermat Suryatna, dan Adang Suherman, *Renang Kompetitif* (Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas, Jakarta : 2001) h, 73

Apabila siswa mampu melakukan posisi ini selama 20 detik, lanjutkan latihan berikutnya. Untuk dapat melakukan berdiri kembali pada posisi semula, tekan pelampung, angkat kepala ke atas, dan turunkan kaki ke bawah dan lanjutkan terus ke posisi berdiri.

Kembangkan latihan nomor 2 (dua) diatas, misalnya dimulai dari dorongan ke dinding. Lihat gambar berikut.



Gambar 3

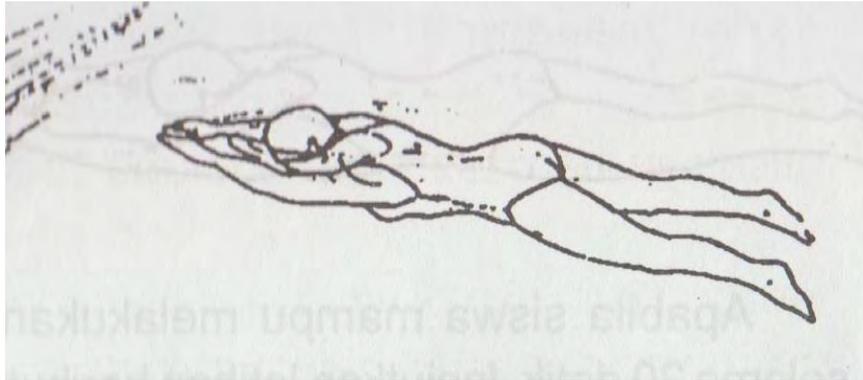
Sumber : Ermat Suryatna, dan Adang Suherman, *Renang Kompetitif* (Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas, Jakarta : 2001) h, 73

Apabila siswa mampu melakukan luncuran sejauh kurang lebih empat meter, lakukan latihan meluncur tanpa menggunakan pelampung.¹⁸

c. Latihan meluncur tanpa pelampung

Pada kedalaman kolam setinggi dada, siswa berdiri menghadap pinggir dengan jarak kira-kira 2 (dua) meter. Jangan gunakan pelampung. Luruskan kedua lengan ke depan, masukan muka ke dalam air, dan doronglah ke dua kaki ke lantai hingga meluncur ke depan. Lihat gambar berikut.

¹⁸ Op.Cit h, 72,73

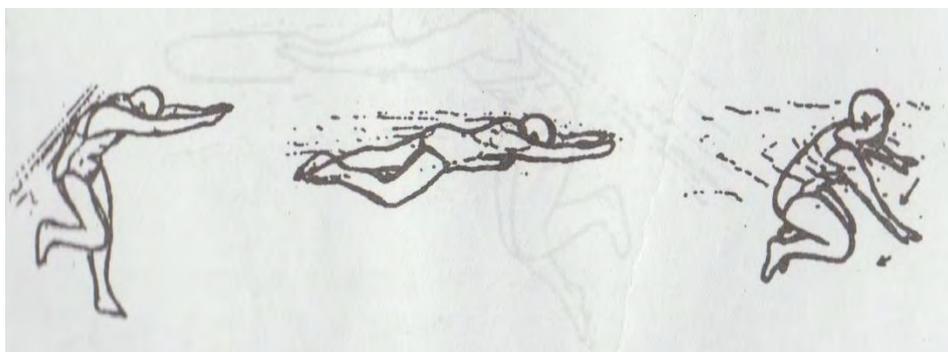


Gambar 4

Sumber : Ermat Suryatna, dan Adang Suherman, *Renang Kompetitif* (Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas, Jakarta : 2001) h, 74

Pertahankan posisi meluncur hingga tangan menyentuh dinding. Peganglah dinding untuk memudahkan berdiri. Lakukan latihan ini dari jarak yang pendek hingga jarak yang jauh.

Apabila siswa sudah mampu melakukan tugas itu pada jarak 3 meter, lakukan latihan ini, tetapi dimulai dari dorongan kaki ke dinding. Lihat gambar berikut.



Gambar 5

Sumber : Ermat Suryatna, dan Adang Suherman, *Renang Kompetitif* (Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas, Jakarta : 2001) h,74

Apabila pada latihan di atas, siswa mampu melakukan luncuran sejauh kurang lebih enam meter, maka siswa sudah dianggap mampu menguasai gerak meluncur telungkup dengan baik dan ia siap belajar pada tahapan berikutnya.¹⁹

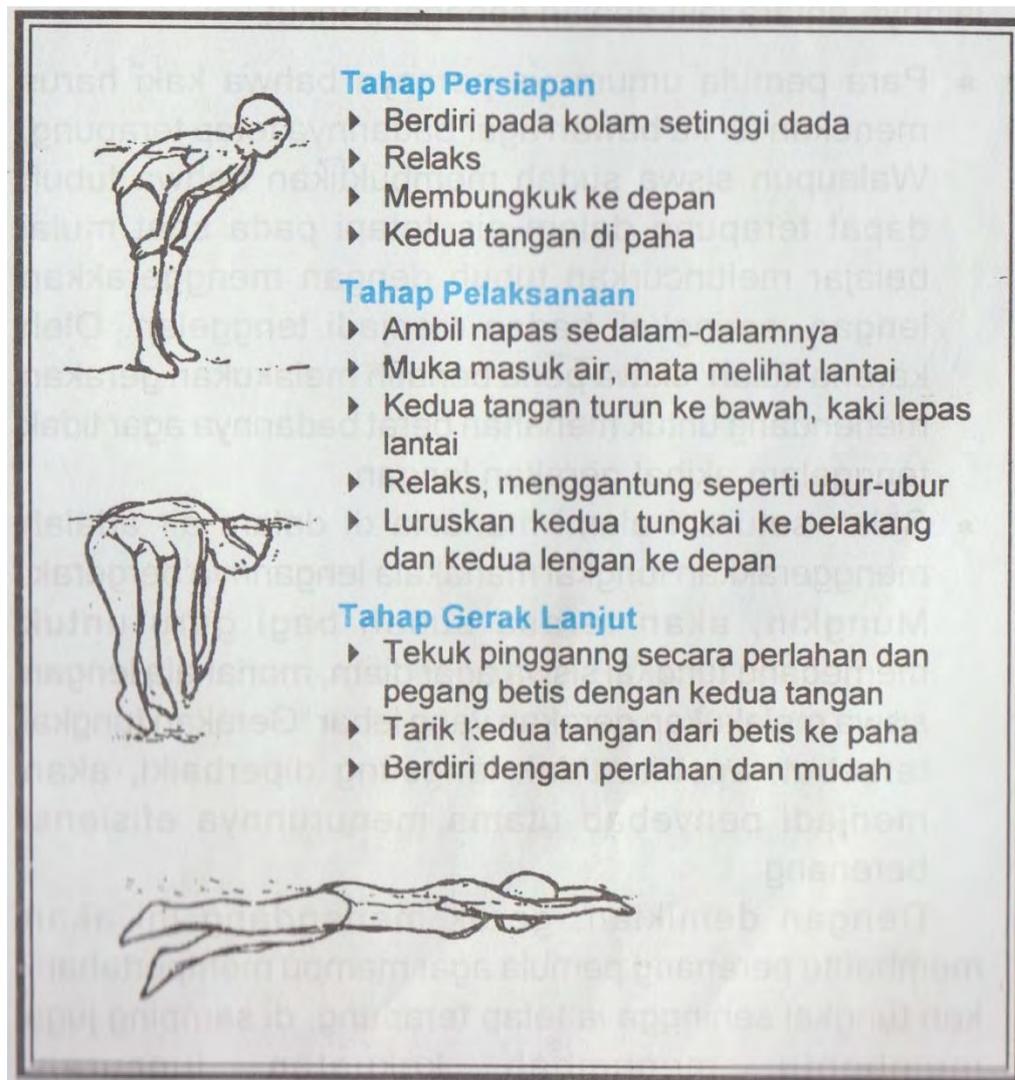
d. Asesmen Luncuran Telungkup

Perlu dipahami lagi, keberhasilan pencapaian tujuan , tidaklah selamanya harus berdasarkan data secara kuantitatif. Untuk itu, mungkin kita merasa perlu untuk mengetahui seberapa baik siswa sudah dapat menempuh jarak luncuran tersebut. Penampilan siswa, dinilai secara kualitatif, misalnya beberapa aspek, seperti : ketegangan tubuh dalam air, kemudahan melakukan gerakan , dan penguasaan pemahaman.

Dalam pelaksanaannya, siswa dapat pula menilai kemampuannya sendiri. Lihat contoh borang asesmen untuk kemampuan luncuran telungkup berikut.²⁰

¹⁹ *Ibid* h, 74

²⁰ *Ibid*, h, 75



Gambar 6

Sumber : Ermat Suryatna, dan Adang Suherman, *Renang Kompetitif* (Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas, Jakarta : 2001) h, 75

C. Hakikat Media Pembelajaran

a. Media Pembelajaran

Menurut Fred Percival dan Ellington, media pembelajaran adalah sumber belajar yang dipakai dalam pendidikan atau latihan yang merupakan suatu sistem yang terdiri dari sekumpulan bahan atau situasi yang diciptakan dengan sengaja dan dibuat agar memungkinkan siswa belajar secara individual. Menurutnya, penggunaan media pembelajaran dilakukan agar memungkinkan siswa belajar secara individual dan peran guru hanya sebagai fasilitator dalam proses pembelajaran²¹.

Rohani memberikan definisi tentang media pembelajaran adalah sarana komunikasi dalam proses belajar mengajar yang berupa perangkat keras maupun perangkat lunak untuk mencapai proses dan hasil pembelajaran secara efektif dan efisien, serta tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan mudah.²²

Menurut Arif Sudiman media pembelajaran dibedakan berdasarkan kesiapan pengadaan dan dikelompokkan dalam dua jenis yaitu media jadi, karena sudah merupakan komoditi perdagangan dan terdapat dipasaran luas dalam keadaan siap pakai (media by utilization), dan media rancangan karena perlu dirancang dan dipersiapkan secara khusus untuk maksud atau tujuan pembelajaran

²¹ Fred Percival & Henry Ellington, *Teknologi Pendidikan* (Jakarta : Erlangga, 1998) h, 125

²² Ahmad Rohani, *Media Intruksional Edukatif* (Jakarta : Rineka Cipta 1997) h, 4

tertentu (media by design). Baik media by utilization maupun media by design dipergunakan sesuai dengan tujuan pembelajaran dan kesesuaian media dengan tujuan dan karakteristik pembelajar²³.

Menurut Atwi Suparman dan Robinson Situmorang, keefektifan suatu media pembelajaran sangat ditentukan oleh sedikitnya 3 faktor, yaitu ketepatan dalam memilih media yang sesuai dengan materi (tujuan) yang akan dicapai, kesesuaian media dengan sasaran, serta ketetapan cara penggunaannya²⁴. Apabila dalam memilih suatu media disesuaikan dengan beberapa faktor tersebut, maka pemanfaatan suatu media pembelajaran dapat lebih efektif digunakan dalam suatu proses pembelajaran²⁵.

Menurut Dick dan Carey²⁶, ada 4 faktor yang perlu dipertimbangkan dalam pemilihan media, yaitu ketersediaan sumber setempat, apakah untuk membeli atau memproduksi sendiri tersebut ada dana, tenaga dan fasilitasnya, faktor yang menyangkut keluwesan, kepraktisan dan ketahanan media yang bersangkutan untuk waktu yang lama, dan efektifitas biaya dalam jangka waktu yang panjang.

Selain faktor tersebut di atas, dalam pemilihan media agar lebih efektif perlu dipertimbangkan 3 hal, yaitu :

²³ Arif S Sadiman, dkk , op cit, h, 83

²⁴ Atwi Suparman dan Robinson Situmorang, *Pengajaran dengan media* (Jakarta : STIA LAN Press, 1998), h, 8

²⁵ Robinson Situmorang dan Atwi Suparman, op cit, h, 8

²⁶ *Ibid*, h, 27

1. Ketetapan media dengan tujuan

Dalam suatu proses pembelajaran pasti ada tujuan yang ingin dicapai. Dalam taksonomi Bloom ada 3 bagian yang akan dicapai dalam pembelajaran dan setiap bagian memiliki ciri tersendiri, sehingga pemilihan media yang digunakan harus disesuaikan, seperti :

- a. Kognitif (ingatan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, evaluasi), pada bagian kognitif media yang digunakan untuk mencapai kemampuan tersebut relatif sama.
- b. Afektif, media yang digunakan dapat berupa program video atau audio.
- c. Keterampilan atau Psikomotorik, media yang digunakan dapat berupa media nyata atau mewakili benda sebenarnya.

2. Kesesuaian media dengan sasaran, penggunaan media yang tidak sesuai dengan sasaran akan kurang efektif.

3. Kemudahan memperoleh media.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran adalah sumber belajar yang digunakan sebagai alat bantu dalam proses pembelajaran yang terdiri dari media pembelajaran yang dirancang dan media pembelajaran yang sudah tersedia dan tinggal dimanfaatkan.

Keefektifan suatu media pembelajaran sangat ditentukan oleh sedikitnya 3 faktor yaitu ketepatan dalam memilih media yang sesuai

dengan materi (tujuan) yang akan dicapai, ketersediaan media dengan sasaran, serta ketepatan cara penggunaannya.

b. Media Pelampung Punggung

Penggunaan media dalam pembelajaran tentunya tidak bermaksud mengganti cara mengajar yang baik, melainkan untuk melengkapi dan membantu guru dalam menyampaikan materi. Gagne menyatakan bahwa media adalah berbagai jenis komponen dalam lingkungan siswa yang dapat menyajikan pesan serta merangsang siswa untuk belajar. Menurut Gagne segala hal yang ada di sekitar yang dapat menyajikan pesan sehingga timbul suatu rangsangan belajar bagi siswa merupakan suatu media. Banyak hal disekitar siswa yang dapat dijadikan media dalam proses belajar²⁷.

Briggs berpendapat bahwa media adalah segala alat fisik yang dapat menyajikan pesan serta merangsang siswa untuk belajar. Berbeda dengan dua pendapat di atas yang mengemukakan media yang berupa segala hal yang ada di sekitar, Briggs berpendapat bahwa media lebih berbentuk suatu alat fisik yang dapat menyajikan pesan. Pendapat tersebut menimbulkan gambaran bahwa media adalah berbentuk benda nyata yang memang dibuat untuk belajar²⁸.

Dari sinilah kita bisa mengetahui bahwa media sangat dibutuhkan dalam pembelajaran. Karena memang gurulah yang

²⁷ Ahmad Rohani, *Media Intruksional Edukatif* (Jakarta : Rineka cipta), h. 2

²⁸ *Ibid*, h. 1

menghendaki media untuk membantu tugas guru dalam menyampaikan pesan-pesan dari bahan pelajaran yang diberikan oleh guru. Dalam hal ini guru berupaya menyampaikan rangsangan yang dapat diproses dengan berbagai indera. Semakin banyak indera yang digunakan untuk menerima dan mengolah informasi semakin besar informasi tersebut dimengerti dan dapat dipertahankan dalam ingatan. Dengan demikian siswa diharapkan akan dapat menerima dan menyerap dengan mudah dari pesan-pesan dalam materi yang disajikan melalui media. Pada penelitian ini media yang digunakan adalah media pelampung punggung yang digunakan untuk membantu siswa dalam proses belajar luncuran renang.

Pelampung punggung adalah alat bantu yang digunakan untuk menyeimbangkan tubuh dan sebagai media dalam pembelajaran renang, baik untuk melatih luncuran renang, mengapung di atas air maupun pembelajaran tehnik renang yang dapat lebih mudah dipahami oleh siswa secara sistematis.

Pelampung punggung dapat digunakan oleh guru dalam menyampaikan pembelajaran luncuran renang, dengan adanya alat bantu ini maka materi yang disampaikan oleh guru akan dengan mudah dipahami oleh siswa dan membantu guru agar proses belajar siswa lebih berhasil dalam proses pembelajaran dan efektif serta efisien. Penggunaan media ini sangatlah baik karena pada saat meluncur pelampung punggung dapat mengurangi berat tubuh, sehingga ketika

siswa meluncur dengan posisi badan tidak lurus dan badan jatuh kebawah, pelampung punggung akan membantu mengangkat badan siswa, agar badan siswa menjadi lurus/streamline. Back float atau pelampung punggung terbuat dari bahan busa karet berkualitas anti rembes. Pelampung punggung cocok untuk anak-anak yang hobi bermain air atau belajar renang. Pelampung punggung nyaman dipakai dan mudah cara memakainya karena sudah dilengkapi dengan dua tali slot kancing dengan ukuran tali 120cm yang bisa diatur sesuai ukuran badan. Ukuran Panjang 23cm. x Lebar 13cm. x Tebal 7cm. Lihat gambar berikut.

Tampak dari belakang :



Tampak dari depan :



Gambar 7 : Media Pelampung Punggung
Sumber : Dokumentasi Pribadi

Pelampung punggung juga ada yang berukuran lebih besar dengan ukuran panjang 26cm. x lebar 19cm. x tebal 6cm. Cocok untuk orang dewasa belajar renang, alat ini nyaman dipakai dan mudah cara memakainya. Berikut gambar pelampung punggung untuk ukuran dewasa :



Gambar 8 : Pelampung Punggung Ukuran Dewasa
Sumber : <https://yoswimoru/back-floatpelampung-punggung>

D. Hakikat Tunanetra

a. Tunanetra

Organ mata dalam sistem pancaindra manusia merupakan salah satu dari indra yang sangat penting, sebab di samping menjalankan fungsi fisiologis dalam kehidupan manusia, mata juga dapat memberikan keindahan wajah yang sangat mengagumkan. Atas dasar itulah dalam banyak puisi mata sering diibaratkan sebagai “cermin dar jiwa”²⁹.

Pengertian tuna netra dilihat dari segi etimologi bahasa : “tuna” = “rugi” , “netra” = “mata” atau cacat mata. Istilah tuna netra yang mulai populer dalam dunia pendidikan dirasa cukup tepat untuk menggambarkan keadaan penderita yang mengalami kelainan indra penglihatan, baik kelainan itu bersifat berat maupun ringan. Sedangkan istilah buta pada umumnya melukiskan keadaan mata yang rusak, baik sebagian (sebelah) maupun seluruhnya (kedua-duanya), sehingga mata itu tidak lagi dapat berfungsi sebagaimana mestinya³⁰.

Dalam hubungan ini, tidak sedikit definisi yang dikemukakan oleh para ahli maupun badan – badan/lembaga yang mengalami masalah tuna netra. Semua definisi itu bertujuan hanya untuk memperjelas kondisi para penderita tuna netra, yang memerlukan bantuan dan bimbingan dalam mengembangkan potensi mereka secara optimal.

²⁹ Dr. Mohammad Efendi, M.Pd, M.Kes, *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*, (Jakarta : PT. Bumi Aksara), h. 30

³⁰ Dra. Ts. Soekini Pradopo, *Pendidikan Anak – Anak Tunanetra*, (Bandung) h, 12

b. Klasifikasi Tunanetra

Derajat tunanetra berdasarkan distribusinya berada dalam rentangan yang berjenjang, dari yang ringan sampai yang berat. Berat ringannya jenjang ketunanetraan didasarkan kemampuannya untuk melihat bayangan benda. Lebih jelasnya jenjang kelainan ditinjau dari ketajaman untuk melihat bayangan benda dapat dikelompokkan menjadi sebagai berikut.

1. Anak yang mengalami kelainan penglihatan yang mempunyai kemungkinan dikoreksi dengan penyembuhan pengobatan atau alat optik tertentu. Anak yang termasuk dalam kelompok ini tidak dikategorikan dalam kelompok anak tunanetra, sebab ia dapat menggunakan fungsi penglihatan dengan baik untuk kegiatan belajar.
2. Anak yang mengalami kelainan penglihatan, meskipun dikoreksi dengan pengobatan atau alat optik tertentu masih mengalami kesulitan mengikuti kelas reguler sehingga diperlukan kompensasi pengajaran untuk mengganti kekurangannya. Anak yang memiliki kelainan penglihatan dalam kelompok kedua dapat dikategorikan sebagai anak tunanetra ringan sebab ia masih bisa membedakan bayangan. Dalam praktik percakapan sehari-hari anak yang masuk dalam kelompok kedua ini lazim disebut anak tunanetra sebagian (*partially seeing-children*).³¹

³¹ *Ibid*, h, 32

3. Anak yang mengalami kelainan penglihatan yang tidak dapat dikoreksi dengan pengobatan atau alat optik apapun, karena anak tidak mampu lagi, memanfaatkan indra penglihatannya. Ia hanya dapat di didik melalui saluran lain selain mata. Dalam percakapan sehari-hari, anak yang memiliki kelainan penglihatan dalam kelompok ini dikenal dengan sebutan Buta (tunanetra berat). Terminologi buta berdasarkan rekomendasi dari *The White House Conference on Child Health and Education* di Amerika (1930), "Seseorang dikatakan buta jika tidak dapat mempergunakan penglihatannya untuk kepentingan pendidikannya" (Patton, 1991).

Cruckshank (1980) menelaah jenjang ketunanetraan berdasarkan pengaruh gradasi kelainan penglihatan terhadap aktivitas ingatannya, dapat dikelompokkan menjadi sebagai berikut.

1. Anak tunanetra total bawaan atau yang diderita sebelum usia 5 tahun.
2. Anak tunanetra total yang diderita setelah 5 tahun.
3. Anak tunanetra sebagian karena faktor bawaan.
4. Anak tunanetra sebagian akibat sesuatu yang didapat kemudian.
5. Anak dapat melihat sebagian karena faktor bawaan.
6. Anak dapat melihat sebagian akibat tertentu yang didapat kemudian³².

³² *Ibid*, h, 32

Anak tunanetra termasuk dalam nomor 1 sampai dengan nomor 4, termasuk dalam kategori perlu mendapat intervensi dan modifikasi program layanan pendidikan khusus sesuai dengan kebutuhannya. Untuk mengelompokan seseorang dalam klasifikasi kelainan dalam kaitannya dengan pemberian layanan pendidikan khusus harus berdasarkan kriteria tertentu yang menjadi acuan. Salah satu kriteria yang dapat digunakan sebagai dasar pengklasifikasian anak tunanetra di Indonesia adalah hasil musyawarah ketunanetraan di Solo tahun 1968. Seseorang dikatakan tunanetra jika ia memiliki visus sentralis 6/60 lebih kecil dari itu. Atau, setelah dikoreksi secara maksimal penglihatannya tidak memungkinkan lagi mempergunakan fasilitas pendidikan dan pengajaran yang biasa digunakan oleh anak normal/orang awas.

Dalam penelitian ini di fokuskan untuk anak tunanetra berat (*totally blind*) yakni mereka yang sama sekali tidak bisa melihat. Kemampuan melihatnya sangat parah, sehingga masyarakat pada umumnya menyebut buta. Seseorang dikatakan buta apabila mempergunakan kemampuan perabaan dan pendengaran sebagai saluran utama dalam belajar. Mereka mungkin mempunyai sedikit persepsi cahaya atau bentuk atau sama sekali tidak dapat melihat (buta total). Seseorang dikatakan buta secara fungsional apabila saluran utama dalam belajar mempergunakan perabaan atau pendengaran. Mereka dapat mempergunakan sedikit sisa penglihatannya untuk

memperoleh informasi tambahan dari lingkungan. Orang seperti ini biasanya mempergunakan huruf Braille sebagai media membaca dan memerlukan latihan orientasi dan mobilitas. Adapun ciri – ciri tunaetra berat (*totaly blind*) adalah sebagai berikut :

Ciri-ciri fisik :

- Normal seperti pada anak-anak pada umumnya hanya saja bola mata tidak terlihat.
- Memiliki daya dengar yang kuat.
- Tidak mengenal adanya rangsangan sinar.
- Seluruhnya tergantung pada alat indera selain mata.
- Memiliki daya perabaan yang kuat.
- Badannya sehat dan suka berolahraga

Ciri – ciri mental :

- Percaya dirinya cukup kuat.
- Kemampuan otaknya cerdas.

Ciri-ciri sosial :

- Anaknya pendiam terlihat malu – malu.
- Mau bersosialisasi dengan orang lain.
- Mudah dalam berkomunikasi.

c. Karakteristik Siswa Tunanetra

1. Karakteristik Anak Tunanetra dalam Aspek Akademis

Menurut Tillman & Obsorg (1969), ada beberapa perbedaan antara anak tunanetra dan anak awas yaitu :

- a. Anak-anak tunanetra menyimpan pengalaman-pengalaman khusus seperti anak awas, tetapi pengalaman-pengalaman tersebut kurang terintegrasikan.
- b. Anak-anak tunanetra mendapat angka yang hampir sama dengan anak awas dalam hal berhitung, informasi, dan kosa kata, tetapi kurang baik dalam hal pemahaman (comprehension) dan persamaan.
- c. Kosa kata anak-anak tunanetra cenderung merupakan kata-kata yang definitif, sedangkan anak awas menggunakan arti yang lebih luas. Contoh, bagi anak tunanetra kata malam berarti gelap atau hitam, sedangkan bagi anak awas, kata malam mempunyai makna cukup luas, seperti malam penuh bintang atau malam yang indah dengan sinar purnama³³.

Study yang dilakukan oleh Kephart & Schwartz (1974), juga menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami gangguan penglihatan yang berat cenderung memperoleh kemampuan

³³ <http://widiriyanti.blogspot.com/2013/03/karakteristik-dan-pendidikan-anak.html>, diakses 11 Mei 2015

berkomunikasi secara lisan, dan mampu berprestasi, seperti anak awas (ada beberapa tes standar). Di lain pihak kemampuan mereka untuk memproses informasi sering berakhir dengan pengertian yang terpecah-pecah atau kurang terintegrasi, sekalipun dalam konsep yang sederhana.

Dengan demikian, berbagai pendapat diatas menunjukkan bahwa ketunanetraan dapat mempengaruhi prestasi akademik para penyandanganya. Disamping itu peningkatan dalam penggunaan media pembelajaran yang bersifat auditory dan taktil dapat mengurangi hambatan dalam kegiatan akademik siswa. Disamping itu pendengaran merupakan indra mereka yang dapat digunakan untuk mencapai kesuksesan. Kesuksesan yang mereka peroleh karena mereka mempunyai bakat (talented) dalam bidang musik.

2. Karakteristik Anak Tunanetra dalam Aspek Pribadi dan Sosial

Beberapa literatur mengemukakan karakteristik yang mungkin terjadi pada anak tunanetra yang tergolong buta sebagai akibat langsung maupun tidak langsung dari kebutaannya adalah :

- Curiga pada orang lain

Keterbatasan rangsangan visual/penglihatan, menyebabkan anak tunanetra kurang mampu untuk berorientasi pada lingkungannya sehingga kemampuan mobilitasnya pun terganggu.

- Mudah tersinggung

Pengalaman sehari-hari yang sering menimbulkan rasa kecewa dapat mempengaruhi tunanetra sehingga tekanan-tekanan suara tertentu atau singgungan fisik yang tidak sengaja dari orang lain dapat menyinggung perasaannya.

- Ketergantungan pada orang lain

Sifat ketergantungan pada orang lain mungkin saja terjadi pada tunanetra. Hal tersebut mungkin saja terjadi karena ia belum berusaha sepenuhnya dalam mengatasi kesulitannya sehingga selalu mengharapkan pertolongan orang lain.

3. Karakteristik Anak Tunanetra dalam Aspek Fisik/sensoris dan Motorik/perilaku

- Aspek fisik dan sensoris

Dilihat secara fisik, akan mudah ditentukan bahwa orang tersebut mengalami tunanetra. Hal tersebut dapat dilihat dari kondisi matanya dan sikap tubuhnya yang kurang ajeg serta agak kaku. Pada umumnya kondisi mata tunanetra dapat dengan jelas dibedakan dengan mata orang awas. Mata orang tunanetra ada yang terlihat putih semua, tidak ada bola matanya atau bola matanya agak menonjol keluar. Namun ada juga yang secara anatomis matanya, seperti orang awas sehingga kadang-kadang kita ragu kalau dia itu seorang

tunanetra, tetapi kalau ia sudah bergerak atau berjalan akan tampak bahwa ia tunanetra.

Dalam segi indra, umumnya anak tunanetra menunjukkan kepekaan yang lebih baik ada indra pendengaran dan perabaan dibanding anak awas. Namun kepekaan tersebut tidak diperolehnya secara otomatis, melainkan melalui proses latihan.

- Aspek Motorik/Perilaku

Ditinjau dari aspek motorik/perilaku anak tunanetra menunjukkan karakteristik sebagai berikut :

- a. Gerakannya agak kaku dan kurang fleksibel

Oleh karena keterbatasan penglihatannya anak tunanetra tidak bebas bergerak, seperti halnya anak awas. Dalam melakukan aktivitas motorik, seperti jalan, berlari atau melompat, cenderung menampakkan gerakan yang kaku dan kurang fleksibel.

- b. Perilaku stereotipee (stereotypic behavior)

Sebagian anak tunanetra ada yang suka mengulang-ngulang gerakan tertentu, seperti mengedip-ngedipkan atau menggosok-gosok matanya. Perilaku seperti itu disebut perilaku stereotipee (stereotypic behavior). Perilaku stereotipe lainnya adalah menepuk-nepuk tangan.

Disamping karakteristik diatas, berikut ini akan dikemukakan aktivitas-aktivitas motorik yang sering ditunjukkan oleh anak kurang lihat (*low vision*).

- a. Selalu melihat suatu benda dengan memfokuskan pada titik-titik benda. Dengan mengerutkan dahi, ia mencoba melihat benda yang ada di sekitarnya.
- b. Memiringkan kepala apabila akan memulai melakukan suatu pekerjaan. Hal itu dilakukan untuk mencoba menyesuaikan cahaya yang ada dan daya lihatnya.
- c. Sisa penglihatannya mampu mengikuti gerak benda. Apabila ada benda bergerak di depannya, ia akan mengikuti arah gerak benda tersebut sampai benda tersebut tidak tampak lagi.

d. Metode Pengajaran Siswa Tunanetra

Metode pengajaran adalah suatu pengetahuan tentang cara-cara mengajar yang di pergunakan oleh seorang guru atau instruktur. Atau bisa juga suatu ilmu pengetahuan tentang metode yang di pergunakan dalam pekerjaan mendidik.

Pada dasarnya metode yang digunakan untuk siswa tunanetra hampir sama dengan siswa normal, hanya yang membedakan ialah adanya beberapa modifikasi dalam pelaksanaannya, sehingga para tunanetra mampu mengikuti kegiatan pembelajaran yang bisa mereka ikuti dengan pendengaran ataupun perabaan.

Ada beberapa metode yang dapat di laksanakan dengan menggunakan fungsi pendengaran dan perabaan, tanpa harus menggunakan penglihatan. Adapun metode-metode tersebut ialah :

1. Metode Ceramah

Metode ceramah yaitu sebuah metode mengajar dengan menyampaikan informasi dan pengetahuan saecara lisan kepada sejumlah siswa yang pada umumnya mengikuti secara pasif. Metode ceramah dapat dikatakan sebagai satu-satunya metode yang paling ekonomis untuk menyampaikan informasi kepada peserta didik.³⁴

Metode ini dapat diterapkan kepada siswa tunanetra karena dalam pelaksanaan metode ini guru menyampaikan materi pelajaran dengan penjelasan lisan dan siswa mendengar penyampaian materi dari guru. Beberapa kelebihan metode ceramah adalah :

- a. Guru mudah menguasai kelas.
- b. Guru mudah menerangkan bahan pelajaran berjumlah besar
- c. Dapat diikuti anak didik dalam jumlah besar.
- d. Mudah dilaksanakan.

³⁴ <https://trys99.wordpress.com/2014/03/26/macam-macam-metode-pembelajaran/> di akses 15 Mei 2015

2. Metode Komando

Gaya komando adalah pendekatan mengajar yang paling bergantung pada guru. Tujuannya adalah penampilan yang cermat. Guru menyiapkan semua aspek pengajaran dan ia sepenuhnya bertanggung jawab dan berinisiatif terhadap pengajaran dan memantau kemajuan besar dari perkembangan siswanya. Pada dasarnya gaya ini ditandai dengan penjelasan, demonstrasi, dan latihan. Lazimnya, gaya itu dimulai dengan penjelasan tentang teknik baku, dan kemudian siswa mencontoh dan melakukannya berulang kali. Evaluasi dilakukan berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan. Siswa dibimbing ke suatu tujuan yang sama bagi semuanya. Memang Gaya Mengajar Komando kebanyakan terbukti efektif karena ilmu yang diperoleh oleh siswa akan cepat diserap dan dapat dimengerti, inilah peran guru dibutuhkan sepuasnya. Guru menyiapkan semua aspek pengajaran yang mendukung dan yang efektif.³⁵

Metode ini dapat diterapkan kepada siswa tunanetra karena dengan metode ini siswa tunanetra mampu mengikuti pengajaran

³⁵<https://0ocky0.wordpress.com/2010/01/06/gaya-atau-metode-mengajar-pembelajaran-pendidikan-jasmani/> 15 Mei 2015

dengan baik dan efisien. Karena metode ini merupakan tambahan dari metode ceramah yang menggunakan indera pendengaran.

Dalam penelitian ini di fokuskan untuk anak tunanetra berat (totally blind) yakni mereka yang sama sekali tidak bisa melihat. Jadi penggunaan metode pengajaran dengan metode ceramah dan komando adalah salah satu cara yang efektif dan efisien untuk menyampaikan materi luncuran renang kepada siswa.

2. Kerangka berfikir

Pembelajaran merupakan proses belajar dan mengajar yang bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang menjadi kearah yang lebih baik. Renang adalah olahraga air yang sangat cocok untuk siapa saja dan merupakan olahraga yang menyenangkan. Dalam pembelajaran renang, untuk tingkat pemula dianjurkan untuk belajar teknik dasar renang.

Teknik dasar renang harus dikuasai terlebih dahulu sebelum memulai berlatih gaya renang. Ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai sebelum siswa mempelajari dan berlatih gaya berenang. Teknik dasar renang berguna untuk mempermudah dan membantu siswa berlatih gaya renang. Teknik dasar renang meliputi teknik pernafasan, teknik meluncur dan teknik mengapung.

Meluncur adalah gerakan tubuh secara horizontal dibawah permukaan air. Ada dua macam teknik dalam meluncur, yaitu meluncur dengan tolakan, dan meluncur tanpa tolakan. Meluncur telungkup

merupakan dasar dari semua gaya renang dengan posisi telungkup. Mungkin perlu dicatat bahwa berenang pada dasarnya adalah mendorong tubuh sendiri menerobos air sampai mengapung. Sifat alami tubuh manusia, sebenarnya terapung. Hal ini karena di dalam tubuh terdapat sebuah cairan dan udara dalam paru-paru menyebabkan tubuh terapung. Posisi terapung ditentukan oleh keseimbangan tubuh, dikaitkan dengan posisi udara yang terdapat didalam tubuh anda.

Dalam strategi belajar mengajar, yang di fokuskan dalam penelitian ini adalah peningkatan belajar luncuran dengan menggunakan *media pelampung punggung*.

Media merupakan berbagai komponen yang menyajikan informasi dan pesan yang dapat merangsang dan pesan yang dapat merangsang siswa untuk belajar. Media pembelajaran adalah sumber belajar yang digunakan sebagai alat bantu dalam proses pembelajaran yang terdiri dari media pembelajaran yang dirancang dan media pembelajaran yang sudah tersedia dan tinggal dimanfaatkan. Tunanetra adalah mereka yang tidak memiliki penglihatan sama sekali (buta total) hingga mereka yang masih memiliki sisa penglihatan, tetapi tidak mampu menggunakan penglihatanya untuk membaca tulisan biasa berukuran 12 point dalam keadaan cahaya normal meski pun dibantu dengan kacamata (kurang awas). Anak tunanetra berat (totally blind) yakni mereka yang sama sekali tidak bisa melihat. Kemampuan

melihatnya sangat parah, sehingga masyarakat pada umumnya menyebut buta.

Dalam penelitian ini yang di fokuskan adalah peningkatan belajar luncuran renang dengan media pelampung punggung pada siswa tunanetra berat (totally blind) yakni siswa yang sama sekali tidak bisa melihat. Karena pada saat siswa belajar meluncur permasalahan yang terjadi adalah posisi badan jatuh kebawah dan tidak streamline.

Maka dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan media pelampung punggung sebagai alat bantu belajar meluncur. Penggunaan media ini sangatlah baik karena biasanya digunakan untuk belajar mengapungkan badan dan meluncur. Dengan cara pelampung tersebut di ikatkan ke punggung, kemudian meluncur di permukaan air. Pada saat meluncur pelampung punggung dapat mengurangi berat tubuh, sehingga ketika siswa meluncur dengan posisi badan tidak lurus dan badan jatuh kebawah, pelampung punggung akan membantu mengangkat badan siswa, maka diharapkan badan siswa tidak jatuh kebawah dan posisi badan streamline.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa penggunaan media pelampung punggung dapat meningkatkan hasil belajar luncuran renang.

3. Hipotesis Tindakan

Bedasarkan pada latar belakang, kerangka teoritis dan kerangka berfikir, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah :

- Media pelampung punggung dapat meningkatkan hasil belajar luncuran renang pada siswa tunanetra Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Biuna Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah media pelampung punggung dapat meningkatkan kemampuan meluncur renang pada siswa tunanetra di Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian tentang upaya peningkatan hasil belajar luncuran renang dengan media pelampung punggung pada siswa tunanetra di Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur, akan dilaksanakan pada bulan Juni 2015 di kolam renang GOR Otista, Jakarta Timur. Penelitian ini dilaksanakan selama kurang lebih 4 minggu atau 4 kali pertemuan, dimulai dengan tes awal kemudian di lanjutkan dengan siklus 1 dan siklus 2 yakni pada tanggal 27 Mei sampai dengan 17 Juni 2015.

C. Subjek Penelitian

Adapun subjek dalam penelitian ini adalah siswa – siswa Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur kelas V yang berjumlah 10 orang

D. Metode Penelitian

Pada penelitian ini digunakan metode penelitian tindakan kelas (action research), dengan teknik observasi dan pengamatan yang dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan berupa proses pengajaran melalui *media pelampung punggung*.

E. Langkah Umum Penelitian

Penelitian ini menggunakan siklus terdiri dari langkah – langkah sebagai berikut :

1. Perencanaan

- a. Peneliti dan kolabolator melihat kondisi awal dari kemampuan siswa dalam luncuran renang.
- b. Peneliti dan kolabolator menyampaikan gerak dasar luncuran renang yang akan diberikan pada siswa.
- c. Peneliti dan kolabolator menyampaikan *media pelampung punggung* yang akan digunakan dalam proses pembelajaran.

2. Tindakan

- a. Peneliti dan kolabolator melakukan proses pembelajaran di kelas dengan menggunakan *media pelampung punggung* sebagai media pada proses belajar siswa.
- b. Peneliti dan kolabolator melakukan proses pembelajaran dilapangan sesuai dengan materi yang diberikan kepada siswa.

3. Observasi

- a. Peneliti dan kolabolator mengamati proses pembelajaran dalam kelas dengan menggunakan *media pelampung punggung* sebagai media pembelajaran pada proses belajar siswa.
- b. Peneliti dan kolabolator melakukan pengamatan terhadap proses pembelajaran di lapangan sesuai dengan materi yang diberikan kepada siswa.
- c. Peneliti dan kolabolator melakukan pengamatan dan penilaian terhadap pemahaman siswa pada pembelajaran luncuran renang.

4. Refleksi

Peneliti dan kolabolator mendiskusikan pelaksanaan proses pembelajaran luncuran renang melalui *media pelampung punggung* oleh siswa tunanetra di Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin.

- **Hasil Intervensi Tindakan yang Diharapkan**

Dari intervensi diharapkan :

- i. Kelas yang diberikan tindakan diharapkan memiliki pemahaman yang lebih baik dibandingkan sebelum intervensi.
- ii. Setelah dilakukan intervensi, didapatkan data mengenai tingkat pemahaman siswa setelah menggunakan *media pelampung punggung* sebelum praktek dilapangan.

F. Perencanaan Penelitian Tindakan

Penelitian ini menggunakan dua siklus untuk melihat peningkatan belajar siswa dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani. Adapun langkah – langkah dari siklus pertama sebagai berikut :

1. Perencanaan tindakan siklus 1

Perencanaan hasil belajar luncuran renang yang diterapkan kepada siswa – siswa sesuai dengan sasaran pencapaian hasil belajar luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung. Pencapaian proses yaitu bagaimana siswa dapat melaksanakan setiap bagian tahapan gerakan dengan benar. Standar keberhasilan siswa dilihat dari kemampuan awal hingga penyelesaian tugas setiap siklus. Target pencapaian disesuaikan kriteria ketuntasan minimum (KKM) siswa yang telah ditetapkan sampai siswa menunjukkan hasil peningkatan di setiap siklusnya dan apabila pencapaian itu dirasa sudah memenuhi kriteria maka tidak berlanjut.

2. Perencanaan tindakan siklus II

Materi belajar luncuran renang pada siklus ke dua ini memiliki tambahan perbaikan dari tindakan terdahulu yang tentu saja ditunjukkan untuk memperbaiki berbagai hambatan atau kesulitan yang ditemukan pada siklus pertama salah satunya dengan cara mengidentifikasi masalah dan penerapan alternatif pemecahan masalah. Pada tahap akhir siklus ini dilaksanakan sebuah tes untuk mengukur kemampuan siswa setelah melaksanakan pembelajaran. Dan hasil tes merupakan

penentu apakah akan dilakukan siklus berikutnya atau siklus berakhir di siklus kedua ini. Pada siklus kedua ini ditergetkan apabila siswa telah memenuhi kriteria penilaian sebesar 100% maka siklus berakhir sampai di siklus kedua ini.

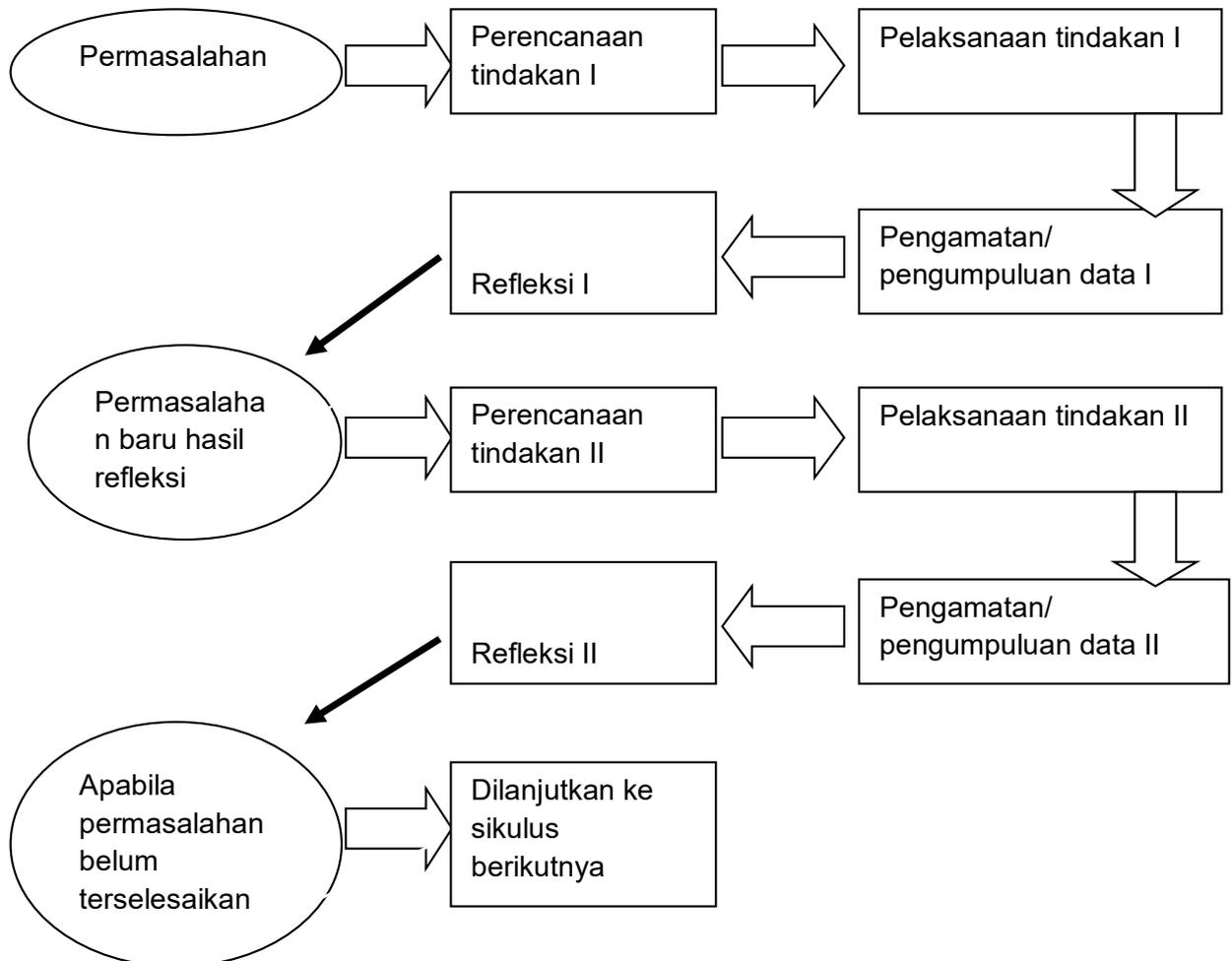
G. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini dapat diperoleh melalui kemampuan siswa dalam melakukan cara belajar luncuran renang, yang diperoleh melalui kemampuan mengembangkan konsep belajar pendidikan jasmani.

H. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini data diperoleh dari hasil belajar siswa dalam melakukan luncuran renang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa kisi – kisi yang didalamnya mencakup indikator-indikator sesuai dengan indikator penelitian yang terdapat dalam kisi-kisi.

SIKLUS PELAKSANAAN PTK

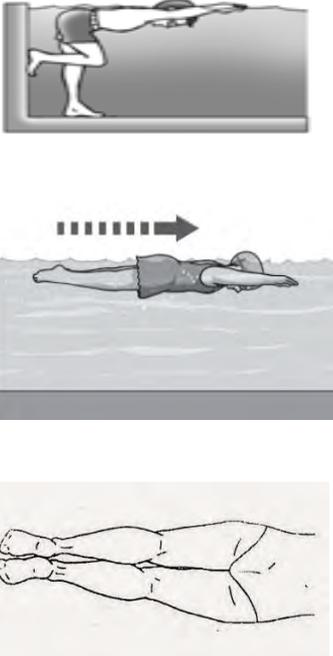


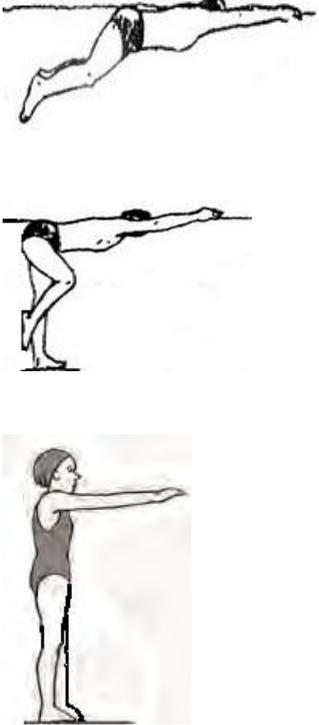
Gambar 9
Sumber

: Siklus Penelitian Tindakan Kelas
: Suharsimi Arikunto, Penelitian Tindakan Kelas.
Bumi Aksara, 2008, h.74

Tabel 1. Kisi – kisi penilaian Luncuran Renang

Unsur Gerak	Uraian Gerakan	Penilaian		
		1	2	3
<p>Posisi Awal</p> 	<p>A. Sikap pandangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arah Pandangan lurus ke depan <p>B. Sikap badan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdiri dengan tenang di tepi kolam dan posisi punggung membelakangi dinding kolam. <p>C. Sikap lengan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus ke arah depan <p>D. Sikap kaki</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdiri tegak dengan satu kaki di angkat untuk tolakan ke dinding kolam. 			
Jumlah skor maksimal : 12				

<p>Pelaksanaan</p> 	<p>A. Sikap pandangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menghadap lurus ke arah depan. <p>B. Sikap badan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus rata – rata air <p>C. Sikap lengan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus ke depan tidak tertekuk <p>D. Sikap kaki</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi kaki lurus point, tidak membuka dan menekuk. 			
<p>Jumlah skor maksimal : 12</p>				

<p>Gerakan Terusan</p> 	<p>A. Sikap pandangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus ke arah depan. <p>B. Sikap badan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mulai turun dari rata – rata air. <p>C. Sikap lengan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus ke arah depan. <p>D. Sikap kaki</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi kaki turun dan menginjak lantai kolam. 			
Jumlah skor maksimal : 12				
Jumlah total skor : 36				

Norma-Norma Penilaian Test Luncuran Renang Kelas V

**Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya
Batin, Cawang, Jakarta Timur.**

Persiapan

Sikap Pandangan :

Skor 3 = pandangan kearah depan

Skor 2 = pandangan kearah samping

Skor 1 = pandangan kearah bawah

Sikap Lengan :

Skor 3 = lengan di angkat sejajar bahu lurus ke depan rata-rata air.

Skor 2 = lengan di angkat setinggi bahu, siku di tekuk rata-rata air.

Skor 1= lengan tidak di angkat setinggi bahu

Sikap badan :

Skor 3 = badan tegak lurus di samping dinding kolam

Skor 2 = badan condong ke arah depan tidak seimbang

Skor 1 = badan miring tidak ke arah depan

Sikap Kaki :

Skor 3 = posisi satu kaki di angkat setinggi lutut menempel ke dinding kolam

Skor 2 = posisi satu kaki di angkat tidak setinggi lutut menempel dinding kolam

Skor 1 = posisi kaki tidak ada yang di angkat untuk tolakan

Pelaksanaan

Sikap Pandangan :

Skor 3 = pandangan mata kearah depan

Skor 2 = pandangan mata kearah bawah

Skor 1 = pandangan mata kearah samping

Sikap Lengan :

Skor 3 = lengan lurus ke arah depan dan rata-rata air

Skor 2 = lengan tertekuk tidak lurus

Skor 1 = lengan berada di samping badan tidak ke arah depan

Sikap Badan :

Skor 3 = posisi dari bahu sampai pinggang rata-rata air

Skor 2 = posisi badan menyamping tidak seimbang

Skor 1 = posisi badan tidak rata-rata air

Sikap Kaki :

Skor 3 = posisi kaki lurus point, tidak membuka dan tidak menekuk.

Skor 2 = posisi kaki tenggelam ke bawah

Skor 1 = posisi kaki tidak lurus, membuka dan kaki menekuk.

Akhiran (gerakan lanjutan)

Sikap Pandangan :

Skor 3 = pandangan lurus ke depan

Skor 2 = pandangan menghadap ke arah samping

Skor 1 = pandangan menghadap ke arah bawah

Sikap Lengan :

Skor 3 = lengan lurus ke arah depan

Skor 2 = lengan tidak lurus ke arah depan

Skor 1 = lengan ke arah samping

Sikap Badan :

Skor 3 = badan kembali tegak lurus

Skor 2 = badan condong ke arah depan

Skor 1 = badan ke arah samping tidak seimbang

Sikap Kaki :

Skor 3 = dua kaki berdiri tegak dan seimbang

Skor 2 = menggunakan satu kaki untuk berdiri dan kurang seimbang

Skor 1 = tidak mampu berdiri kembali secara cepat setelah meluncur

I. Teknik analisis data

Teknik yang digunakan dalam menganalisis data yang telah terkumpul dilakukan dengan mencari sumber data dalam penelitian yaitu siswa siswi, dengan jenis data kuantitatif diperoleh langsung dari observasi dan pengamatan yang dilakukan sebelum dan sesudah dilakukukan tindakan hasil belajar luncuran renang.

Instrumen yang dilakukan pada saat belajar luncuran renang dengan memberikan kesempatan setiap siswa yang menjadi sample penelitian. Untuk tingkat kesulitan belajar luncuran renang di tentukan sesuai dengan kemampuan siswa.

Cara penilaian dengan jumlah skor maksimal dari 3 kriteria penilaian adalah 12. Nilai yang didapat untuk hasil belajar luncuran renang dihitung dengan rumus sebagai berikut :

$$\text{Nilai} : \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Dalam pengambilan data aspek kognitif dan aspek afektif menggunakan data kualitatif, peneliti melihat dengan mengobservasi langsung selama proses pembelajaran. Peneliti melihat perkembangan sikap siswa sejak awal penelitian, untuk dapat menilai kemampuan kognitif siswa. Peneliti melihat bagaimana siswa memahami tentang konsep luncuran renang.

Indikator keberhasilan dari penelitian ini ditentukan oleh :

1. Siswa melakukan luncuran renang mulai dari posisi awal, gerakan lengan, gerakan kaki, pandangan dan posisi tubuh.
2. Siswa memahami konsep dari belajar luncuran renang.
3. Terjadi interaksi yang baik antara siswa – siswa dan guru
4. Siswa menciptakan suasana belajar yang aktif.
5. Siswa memberikan sikap yang positif selama proses belajar mengajar berlangsung.
6. Siswa mempraktekan luncuran renang yang benar.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Proses Pelaksanaan Penelitian

Deskripsi Kondisi Awal

Peneliti menetapkan kondisi awal yang harus diidentifikasi serta dikelompokkan terlebih dahulu. Kemampuan siswa terhadap penguasaan materi luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung dalam proses pembelajaran.

Kemampuan luncuran renang pada kondisi awal siswa telah peneliti ketahui, kemudian peneliti menyusun rencana program berupa tindakan, observasi dan refleksi yang sudah ditetapkan kepada siswa sehingga menghasilkan penyusunan pembelajaran luncuran renang dengan melalui media pelampung punggung.

Peneliti melakukan observasi atau pengamatan awal, dapat digambarkan bahwa siswa Kelas V Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur, memiliki bermacam-macam latar belakang seperti kemampuan motorik, postur tubuh, sikap dan kebiasaan maupun motivasi masing-masing siswa dalam mengikuti pembelajaran luncuran renang.

Kemampuan siswa yang tidak merata dalam penguasaan gerak luncuran renang membuat situasi bagi peneliti menjadi sedikit sulit. Karena harus bisa menyeragamkan kemampuan siswa dari yang tidak bisa menjadi bisa meluncur dengan baik dan benar. Kondisi tersebut tidak terlepas dari motorik individu siswa kelas V ini. Dengan mengamati siswa, peneliti jadi mengetahui bahwa sebagian besar dari siswa sekitar 80% tidak bisa melakukan luncuran renang, dan sebagian lagi bisa melakukannya tetapi kurang memiliki kaidah luncuran renang, hanya sebatas bisa saja.

Proses akhir, tindakan dan refleksi yang digunakan untuk mengetahui kekurangan penerapan program perencanaan yang muncul di analisis mengenai strategi, pemberian materi, penerapan pendekatan dan penggunaan media serta alat pembelajaran. Setelah teridentifikasi kekurangan dalam penerapan media pelampung punggung dalam pembelajaran luncuran renang maka hasil identifikasi tersebut digunakan sebagai bahan untuk menyusun perencanaan berikutnya.

Situasi yang dijabarkan di atas menjadi dasar bagi peneliti dalam memutuskan penerapan perencanaan selama proses belajar mengajar secara bertahap melalui media pelampung punggung yang dilakukan seperti, mengaitkan kemampuan dasar siswa yang sudah diketahui mengenai luncuran renang, bertanya kepada siswa mengenai kesulitannya, sehingga siswa dapat menemukan sendiri gerakan yang nyaman dan benar

dalam luncuran renang, lalu mengelompokkan siswa dalam proses pembelajarannya, sambil diberikan contoh-contoh gerakan yang di pisah-pisah bagian-perbagian sampai gerakan keseluruhannya, setelah itu merefleksikan apa yang sudah dipelajari dirangkaikan dan pada akhirnya dilakukan penilaian.

B. Deskripsi dan Pembahasan Siklus I

1. Peneliti dan kolaborator melihat kondisi awal dari kemampuan pada peserta didik dalam memahami serta mempraktikkan teknik dasar *luncuran renang*.
2. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan pencapaian peningkatan dari kemampuan awal peserta didik, saat pemberian strategi pembelajaran yang sebelumnya dalam peningkatan kemampuan mempraktikkan teknik dasar *luncuran renang*.

Siklus I

a. Perencanaan Tindakan

Pada siklus I kegiatan pembelajaran dilakukan sesuai dengan perencanaan yakni :

Tujuan yang di harapkan :

1. Peserta didik memahami konsep melakukan teknik dasar *luncuran renang* dengan baik dan benar.

2. Peserta didik dapat mempraktikkan tahapan gerakan-gerakan dasar melakukan teknik dasar *luncuran* renang, dari tahap awalan, tahap pelaksanaan dan tahap terusan dengan media pelampung punggung.
3. Peserta didik dapat bekerja sama, bertoleransi, memecahkan masalah, menghargai temannya dan menunjukkan keberanian dalam melakukannya.

b. Pelaksanaan Tindakan I

Pelaksanaan tindakan diawali dengan guru mempersiapkan dan melakukan pembelajaran kepada peserta didik sebagai berikut :

1. Pertemuan pertama, penjelasan peneliti kepada peserta didik bahwa peneliti akan menggunakan mereka sebagai sampel penelitian dengan situasi duduk di pinggir kolam.
2. Mengabsen kehadiran peserta didik agar peneliti mengetahui jumlah siswa yang dijadikan sampel penelitian.
3. Guru memerintahkan peserta didik untuk berdiri dan berbaris 2 saf, setelah itu melakukan pemanasan dan peregangan.
4. Guru memberikan instruksi kepada peserta didik untuk turun kedalam kolam, dengan bantuan guru dan kolabolator.
5. Guru memberikan sebuah penjelasan tentang teknik dasar luncuran renang dari tahapan awalan, tahapan pelaksanaan dan tahapan terusan dan media pelampung punggung sebagai alat bantu dalam proses pembelajaran yang akan dilakukan peserta didik.

6. Guru dan kolabolator membantu memasang pelampung punggung pada setiap peserta didik. Setelah itu peserta didik melakukan gerakan secara bersamaan.
7. Guru mengawasi peserta didik dan melakukan koreksi gerak secara langsung kepada peserta didik yang terlihat kaku dan kurang tepat dalam melakukan teknik dasar luncuran renang selama proses pembelajaran.
8. Guru melakukan evaluasi pembelajaran dengan menggunakan media pelampung punggung yang telah dilaksanakan.
9. Pertemuan kedua atau hari terakhir siklus pertama dilakukan persiapan untuk evaluasi, dengan seperti biasa dilakukan absensi, pemanasan, pembelajaran selama 35 menit untuk pengulangan dari materi sebelumnya yaitu luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung dan belajar tahapan – tahapan geraknya seperti tahapan awalan, tahapan pelaksanaan dan tahapan terusan.
10. Setelah itu di lakukan evaluasi secara keseluruhan dengan dinilai oleh kolaborator, peserta didik diperintahkan satu persatu melakukan luncuran. (25 menit)

Dan dari pembelajaran tersebut, peneliti dan kolabor dapat melihat adanya peningkatan pada peserta didik terdiri dari :

a. Tahap persiapan, meliputi :

- sikap pandangan
- sikap badan
- sikap lengan
- sikap kaki

b. Tahap pelaksanaan, meliputi :

- sikap pandangan
- sikap badan
- sikap lengan
- sikap kaki

c. Tahap akhir, meliputi :

- sikap pandangan
- sikap badan
- sikap lengan
- sikap kaki

Pada siklus pertama ini ada 2 kali pertemuan, kemudian peneliti melakukan diskusi dengan kolabor tentang kemajuan peserta didik dan mencatat semua perilaku peserta didik dilapangan.

c. Hasil Observasi dan Evaluasi

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus I tentang kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan media pelampung punggung. Pengamatan yang dilakukan kolaborator selama berlangsungnya pembelajaran memberikan hasil sebagai berikut :

1. Peserta didik belum cukup terlihat peningkatannya dalam melakukan luncuran renang menggunakan pelampung punggung.
2. Peserta didik kurang fokus melakukan seperti pada saat tahapan pelaksanaan posisi lengan membuka dan tertekuk tidak lurus dan posisi kaki tenggelam, tidak lurus, membuka dan kaki menekuk, pada tahap akhiran, gerakan lengan tidak lurus ke arah depan, posisi badan condong ke arah depan dan tidak kembali tegak lurus, posisi kaki tidak berdiri tegak dengan kedua kaki, namun menggunakan satu kaki untuk berdiri dan kurang seimbang.
3. Masih adanya terlihat peserta didik yang tidak fokus atau kurang serius pada saat melakukan luncuran renang dengan menggunakan pelampung punggung pada pembelajaran tersebut.
4. Guru telah melakukan berbagai persyaratan dalam proses Kegiatan Belajar Mengajar secara efektif dan efisien masalah waktu, alat dan tempat.
5. Guru dalam memberikan penjelasan harus lebih tenang dan jangan terburu-buru dan memotivasi peserta didik yaitu guru harus lebih memperhatikan bagaimana peserta didik dalam segala aspek atau

perilaku peserta didik, serta bagaimana cara membangkitkan semangat belajar peserta didik.

d. Analisis Refleksi

Peneliti dan kolabor sepakat bahwa tujuan dan pembelajaran yang telah dilakukan pada siklus I ini sudah ada peningkatan kemampuan luncuran renang dengan menggunakan pelampung punggung pada peserta didik siswi kelas V Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur. Namun masih ada beberapa hal yang perlu diperbaiki seperti pada saat tahapan pelaksanaan posisi lengan membuka dan tertekuk tidak lurus dan posisi kaki tenggelam, tidak lurus, membuka dan kaki menekuk, pada tahap akhiran, gerakan lengan tidak lurus ke arah depan, posisi badan condong ke arah depan dan tidak kembali tegak lurus, posisi kaki tidak berdiri tegak dengan kedua kaki, namun menggunakan satu kaki untuk berdiri dan kurang seimbang.

Dalam siklus I ini kemampuan luncuran renang, masih kurang belum sampai pada kepuasan sesuai keinginan yang ingin di capai oleh peneliti.

C. Deskripsi dan Pembahasan Siklus Kedua

1. Peneliti dan kolaborator melihat kondisi kemampuan pada siklus pertama peserta didik Peserta didik kurang menguasai dalam melakukan tahapan seperti pada pelaksanaan posisi lengan membuka dan tertekuk tidak lurus dan posisi kaki tenggelam, tidak lurus,

membuka dan kaki menekuk, pada tahap akhiran, gerakan lengan tidak lurus ke arah depan, posisi badan condong ke arah depan dan tidak kembali tegak lurus, posisi kaki tidak berdiri tegak dengan kedua kaki, namun menggunakan satu kaki untuk berdiri dan kurang seimbang.

2. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan pencapaian peningkatan dari kemampuan atas siklus pertama peserta didik, saat pemberian strategi pembelajaran dalam peningkatan kemampuan mempraktikkan teknik dasar luncuran renang dengan media pelampung punggung.
3. Peneliti dan kolaborator kembali menyiapkan materi-materi dan media pelampung punggung untuk membuka kembali siklus berikutnya dan di terapkan pada materi pembelajaran *luncuran* renang yang akan diberikan kepada peserta didik. Penelitian ini dilaksanakan sesuai jadwal yang telah di persiapkan di sekolah. Dengan bantuan kolaborator, waktu yang digunakan sesuai dengan perencanaan pembelajaran yang telah dibuat 2 x 30 menit.

Dari proses siklus pertama dapat disimpulkan bahwa dengan pelampung punggung dapat meningkatkan belajar luncuran renang 7 siswa (70%) yang mencapai KKM, sedangkan yang belum mencapai KKM 3 siswa (30%).

Siklus II

Tindakan yang di lakukan pada siklus kedua tidak jauh berbeda dengan siklus pertama karena tindakan siklus kedua dilakukan dengan tujuan yang sama pada siklus pertama.

a. Perencanaan Tindakan

Pada siklus II kegiatan pembelajaran dilakukan sesuai dengan perencanaan yang sama yakni :

Tujuan yang di harapkan :

1. Peserta didik sudah meningkat pada siklus kedua ini, dalam memahami tahapan pelaksanaan posisi lengan membuka dan tertekuk tidak lurus dan posisi kaki tenggelam, tidak lurus, membuka dan kaki menekuk, pada tahap akhiran, gerakan lengan tidak lurus ke arah depan, posisi badan condong ke arah depan dan tidak kembali tegak lurus, posisi kaki tidak berdiri tegak dengan kedua kaki, namun menggunakan satu kaki untuk berdiri dan kurang seimbang. Peserta didik dapat mampu untuk melakukan tahapan - tahapan teknik dasar luncuran renang dengan media pelampung punggung.
2. Peserta didik dapat bekerja sama, bertoleransi, memecahkan masalah, menghargai temannya dan menunjukkan keberanian dalam melakukannya.

b. Pelaksanaan Tindakan II

Pelaksanaan tindakan diawali dengan guru mempersiapkan dan melakukan pembelajaran kepada peserta didik sebagai berikut :

1. Pertemuan ketiga, guru memerintahkan peserta didik untuk berdiri dan berbaris 2 saf, mengabsen kehadiran peserta didik, kemudian setelah itu melakukan pemanasan dan peregangan.
2. Guru memberikan instruksi kepada peserta didik untuk turun kedalam kolam, dengan bantuan guru dan kolabolator.
3. Peneliti kembali memberikan sebuah penjelasan tentang bagaimana cara melakukan gerakan luncuran dari tahapan awalan, tahapan pelaksanaan dan tahapan terusan yang akan di lakukan peserta didik dengan media pelampung punggung.
4. Peneliti memberikan penjelasan tentang tahapan – tahapan gerakan meluncur dan memfokuskan apa yang menjadi evaluasi pada siklus pertama seperti pada pelaksanaan posisi lengan membuka dan tertekuk tidak lurus dan posisi kaki tenggelam, tidak lurus, membuka dan kaki menekuk, pada tahap akhiran, gerakan lengan tidak lurus ke arah depan, posisi badan condong ke arah depan dan tidak kembali tegak lurus, posisi kaki tidak berdiri tegak dengan kedua kaki, namun menggunakan satu kaki untuk berdiri dan kurang seimbang.

5. Guru dan kolabolator membantu memasang pelampung punggung pada setiap peserta didik. Setelah itu peserta didik melakukan gerakan secara bersamaan.
6. Guru mengawasi peserta didik dan memberikan pbenaran gerak secara langsung kepada peserta didik yang terlihat kurang tepat dalam melakukan tahapan - tahapan teknik dasar luncuran renang selama proses pembelajaran.
7. Peserta didik memberikan pendapat mengenai hasil pengamatan dari gerakan luncuran renang tersebut yang disampaikan secara lisan dengan sertai dengan gerakan pertiap postnya.
8. Peneliti dan para peserta didik bersama-sama menyimpulkan materi pembelajaran yang telah dilaksanakan.
9. Guru melakukan evaluasi pembelajaran luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung yang telah dilaksanakan.
10. Pertemuan keempat atau hari terakhir siklus kedua dilakukan persiapan untuk evaluasi, dengan seperti biasa dilakukan absensi, pemanasan, pembelajaran selama 35 menit untuk pengulangan dari materi sebelumnya yaitu tahapan – tahapan luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung.
11. Setelah itu di lakukan evaluasi secara keseluruhan dengan dinilai oleh kolaborator, peserta didik diperintahkan satu persatu melakukan luncuran. (25 menit)

Dan dari pembelajaran tersebut, peneliti dan kolabor dapat kembali melihat adanya peningkatan kemampuan luncuran renang pada peserta didik terdiri dari :

a. Tahap persiapan, meliputi :

- sikap pandangan
- sikap badan
- sikap lengan
- sikap kaki

b. Tahap pelaksanaan, meliputi :

- sikap pandangan
- sikap badan
- sikap lengan
- sikap kaki

c. Tahap akhir, meliputi :

- sikap pandangan
- sikap badan
- sikap lengan
- sikap kaki

Pada siklus kedua ini ada 2 (dua) kali pertemuan, kemudian peneliti melakukan diskusi dengan kolabor tentang kemajuan peserta didik dan mencatat semua perilaku peserta didik dilapangan.

c. Hasil Observasi II

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus II tentang Kegiatan Belajar Mengajar media pelampung punggung. Pengamatan yang dilakukan kolaborator selama berlangsungnya pembelajaran memberikan hasil sebagai berikut :

1. Peserta didik terlihat adanya peningkatan dalam melakukan tahapan-tahapan persiapan, pelaksanaan dan akhiran, banyak yang meningkat tepat di lakukan.
2. Peserta didik sudah mulai fokus melakukan tahapan seperti pada pelaksanaan posisi lengan lurus ke arah depan dan rata-rata air. Posisi kaki tidak tenggelam, posisi kaki lurus point, tidak membuka dan tidak menekuk. Pada tahap akhiran, gerakan lengan lurus ke arah depan. Posisi badan kembali tegak lurus, posisi kaki berdiri tegak dengan kedua kaki dan seimbang.
3. Peserta didik sudah mulai focus dan serius pada saat melakukan luncuran renang dengan menggunakan pelampung punggung pada pembelajaran tersebut.
4. Guru telah melakukan berbagai persyaratan dalam proses Kegiatan Belajar Mengajar secara efektif dan efisien masalah waktu, alat dan tempat.
5. Guru dalam memberikan penjelasan sudah lebih tenang dan tidak terburu-buru dan dapat memotivasi peserta didik dalam segala

aspek atau perilaku peserta didik, serta bagaimana cara membangkitkan semangat belajar peserta didik.

d. Analisis dan Refleksi

Peneliti dan kolabor sepakat bahwa tujuan dan pembelajaran yang telah dilakukan pada siklus II ini sudah ada peningkatan yang cukup signifikan terhadap tahapan-tahapan seperti pada pelaksanaan posisi lengan lurus ke arah depan dan rata-rata air. Posisi kaki tidak tenggelam, posisi kaki lurus point, tidak membuka dan tidak menekuk. Pada tahap akhiran, gerakan lengan lurus ke arah depan. Posisi badan kembali tegak lurus, posisi kaki berdiri tegak dengan kedua kaki dan seimbang dan peserta didik tersebut banyak yang aktif dalam melakukan gerakan luncuran pada peserta didik Kelas V Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Cawang, Jakarta Timur, maka telah sesuai dengan keinginan yang ingin dicapai oleh peneliti. Karena sudah ada beberapa hal peningkatan yang sebelumnya kurang pada siklus sebelumnya yang sudah dapat diperbaiki dengan baik dan benar. Dalam siklus II ini kemampuan hampir keseluruhan peserta didik dapat melakukan gerakan luncuran pada perlakuan gerakan tersebut dengan baik dan benar.

Maka Peneliti dan Kolaborator mendiskusikan sepakat hasil observasi siklus dan dapat menarik kesimpulan bahwa melalui media pelampung punggung sepakat telah meningkatkan hasil belajar pada pembelajaran luncuran renang menggunakan media pelampung punggung. Dan tercapai kepuasan hasil sesuai keinginan yang ingin di capai oleh peneliti.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

a. Hasil Penelitian Siklus I

Dalam melaksanakan pembelajaran luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung pada siklus 1. Diperoleh hasil penilaian kemampuan psikomotorik atau kemampuan melakukan gerakan luncuran sebagai berikut :

Nilai terendah siswa keseluruhan adalah (58) dan nilai tertinggi siswa yaitu (81) dengan nilai rata – rata (71). Diprosentase ketuntasan peserta didik setelah dilakukannya tindakan siklus pertama sebesar 70% yang mencapai ketuntasan sekitar 7 peserta didik dan 30% atau yang belum mencapai ketuntasan sekitar 3 peserta didik. Hasil evaluasi yang diperoleh siswa pada siklus 1 disajikan dalam bentuk tabel dan diagram histogram sebagai berikut :

No	Kelas Interval	Kelas Absolut	Rekuensi Relatif	Nilai Tengah
1	58 – 63	2	20	60,5
2	64 – 69	1	10	66,5
3	70 – 75	5	50	72,5
4	76 – 81	2	20	78,5
Jumlah		10	100	

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Meluncur dalam Siklus 1

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar yang diperoleh siswa pada kelas interval 70 – 75 dengan prosentase 50% dan frekuensi terkecil yang diperoleh siswa pada kelas interval 64 – 69 dengan prosentase 10%. Dalam tabel diatas masih terdapat siswa yang memiliki nilai di bawah KKM. Siswa yang memenuhi KKM sejumlah 7 siswa (70%) dan siswa yang belum memenuhi KKM terdapat 3 orang siswa (30%). Dengan demikian dapat disimpulkan untuk hasil belajar kemampuan siswa melakukan gerakan meluncur terdapat nilai rata-rata 71.

b. Hasil Penelitian Siklus II

Dalam melaksanakan pembelajaran luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung pada siklus 1. Diperoleh hasil penilaian kemampuan psikomotorik atau kemampuan melakukan gerakan luncuran sebagai berikut :

Nilai terendah siswa keseluruhan adalah (72) dan nilai tertinggi siswa yaitu (86) dengan nilai rata – rata (80). Hasil evaluasi yang diperoleh siswa pada siklus II disajikan dalam bentuk tabel dan diagram histogram sebagai berikut :

No	Kelas Interval	Kelas Absolut	Rekuensi Relatif	Nilai Tengah
1	72 – 75	3	30	73,5
2	76 – 79	2	20	77,5
3	80 – 83	4	40	81,5
4	84 – 87	1	10	85,5
Jumlah		10	100	

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Meluncur dalam Siklus II

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar yang diperoleh siswa pada kelas interval 80 – 83 dengan prosentase 40% dan frekuensi terkecil yang diperoleh siswa pada kelas interval 72 – 75 dengan prosentase 30%. Dalam tabel diatas siswa yang memenuhi KKM sejumlah 10 siswa (100%). Dengan demikian dapat disimpulkan untuk hasil belajar kemampuan siswa terdapat peningkatan rata – rata siklus yaitu 71 menjadi 80 dalam siklus II. Berdasarkan aspek penilaian pada siklus II, maka dapat disimpulkan media pelampung punggung dapat meningkatkan kemampuan luncuran renang.

c. Hasil Pengamatan Kolabolator

Siswa yang mengikuti proses pembelajaran meluncur dengan menggunakan media pelampung punggung 10 siswa, pada siklus I siswa yang telah memenuhi KKM sejumlah 7 siswa (70%). Sedangkan pada siklus II siswa yang memenuhi KKM sebanyak 10 siswa (100%). Peneliti telah menemukan jawaban yang menjadi bahan penelitian, yaitu bagaimana dengan penggunaan media pelampung punggung dapat meningkatkan hasil belajar meluncur renang.

Menurut kolabolator, penelitian berhenti sampai disini dan tidak dilanjutkan lagi ke pertemuan berikutnya. Permasalahan sudah terjawab yaitu melalui penelitian meggunakan media pelampung

punggung siswa berhasil mengatasi masalah dalam pembelajaran meluncur renang. Setelah selesai pengajaran, kolabulator mengutarakan hasil pengamatannya selama proses pembelajaran berlangsung pada peneliti. Berupa angka – angka kuantitatif antara siklus I dan siklus II.

Untuk lebih jelasnya mengenai pencapaian hasil antara siklus I dan siklus II dapat dilihat dalam perbandingan diagram sebagai berikut:

Kategori	Tes Awal		Siklus I		Siklus II	
	F	%	F	%	F	%
Tuntas	1	10	7	70	10	100
Tidak Tuntas	9	90	3	30	0	0
Jumlah	10	100	10	100	10	100

Tabel 4. Perbandingan Distribusi Frekuensi Tes Awal, Siklus I, dan Siklus II

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dijelaskan, dimana masalah upaya peningkatan hasil belajar luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas V Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Jakarta Timur.

Dapat disimpulkan, bahwa adanya perubahan atau peningkatan pada hasil belajar luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung. Berupa peningkatan hasil belajar siswa dimulai dari pelaksanaan siklus I dan siklus II mengalami peningkatan dan akhirnya semua siswa mengalami peningkatan dalam melakukan luncuran renang. Dengan demikian melalui pembelajaran upaya peningkatan hasil belajar luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung dalam pendidikan jasmani dapat meningkatkan hasil belajar luncuran renang pada siswa kelas V Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Jakarta Timur.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti menyarankan dalam mengajarkan olahraga khususnya tentang olahraga berenang dalam meteri meluncur hendaknya siswa diberikan penjelasan secara detail dan diberikan contoh nyata serta pengulangan gerakan agar siswa dapat melakukan tahapan pembelajaran sesuai dengan tujuan pencapaian. Begitupun pada pelajaran olahraga lainnya, guru harus meningkatkan kegiatan tanya jawab dengan siswa, ajak siswa untuk berfikir sendiri dan inisiatif sendiri. Tugas siswa untuk melakukan tahapan gerakan olahraga, berikan kesempatan pada siswa untuk mempresentasikan hasil belajarnya dan untuk melatih keberanian dan rasa percaya diri siswa.

Guru harus lebih kreatif dalam meningkatkan kinerja dalam mengajar serta senantiasa mengembangkan variasi metode pembelajaran yang tepat untuk peserta didik. Penggunaan alat atau media pembelajaran juga berpengaruh pada hasil belajar siswa sehingga guru harus kreatif untuk mencari media yang murah, mudah dan aman digunakan siswa sehingga hasil pembelajaran menjadi lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Rohani. Media Intruksional Edukatif. Jakarta : Rineka cipta.
- Arif S Sadiman Dkk. 1993. Media Pendidikan. Jakarta : VC Rajawali.
- Atwi Suparman dan Robinson Situmorang. 1998. Pengajaran dengan media. Jakarta : STIA LAN Press.
- David G. Thomas. MS. Renang Tingka Pemula. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- David Haller. Belajar Renang. Bandung : Pionir Jaya.
- Dimiyanti dan Mudjiono. 2002. Belajar dan Pembelajaran Jakarta : PT Rineke Cipta.
- Ermah Suryatna. dan Adang Suherman. 2001. Pembelajaran Renang Di Sekolah Dasar. Direktorat Jendral Olahraga. Depdiknas. Jakarta.
- Evelin Siregar dan Hartini Nara. 2007. Teori Belajar dan Pembelajaran. Jakarta : Universitas Negeri Jakarta.
- Fred Percival & Henry Ellington. 1998. Teknologi Pendidikan. Jakarta : Erlangga.
- M. Ngilim Purwanto. 2007. Psikologi Pendidikan. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Mohammad Efendi. M.Pd. M.Kes. Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Mohammad Surya. 2003. Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran. Jakarta : CV Mahaputra Adidaya.
- Nana Sudjana. 2005. Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Oemar Hamalik. 2005. Perencanaan Berdasarkan Pendekatan Sistem. Jakarta : Bumi Aksara.
- Soediyarto. 1981. Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas program belajar dan implikasinya bagi pengembangan pendidikan yang relevan. Jakarta : Analisis Pendidikan.

Ts. Soekini Pradopo. *Pendidikan Anak – Anak Tunanetra*. Bandung.

Zaenal Aqib. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru, SMP, SMA, SMK*. CV. Yrama Widya.

[http://download.portalgaruda.org/article.php?article=253273&val=6820&title=BAGAIMANA%20MENGAJAR%20ANAK%20TUNANETRA%20\(DI%20SEKOLAH%20INKLUSI\)](http://download.portalgaruda.org/article.php?article=253273&val=6820&title=BAGAIMANA%20MENGAJAR%20ANAK%20TUNANETRA%20(DI%20SEKOLAH%20INKLUSI))

<http://noviantkj.blogspot.com/2013/05/teknik-dasar-renang.html?m=1>

<http://widiriyanti.blogspot.com/2013/03/karakteristik-dan-pendidikan-anak.html>

<https://trys99.wordpress.com/2014/03/26/macam-macam-metode-pembelajaran/>

<https://0ocky0.wordpress.com/2010/01/06/gaya-atau-metode-mengajar-pembelajaran-pendidikan-jasmani/>

Lampiran 1

SILABUS

Sekolah :Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Jakarta Timur

Kelas : V (Lima)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani dan Olahraga

Semester : Genap

Waktu : 2 x 30 menit (4 x Pertemuan)

Standar Kompetensi :

Mampu mempraktikan luncuran renang dengan media pelampung punggung dengan nilai – nilai terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar :

Mampu Mempraktikan luncuran renang gaya bebas dengan media pelampung punggung dengan nilai disiplin, keberanian dan percaya diri.

Materi Pokok :

- Luncuran Renang

Kegiatan Pembelajaran :

Melakukan teknik dasar meluncur, gerakan tungkai, gerakan lengan, dan pengambilan nafas meluncur.

Indikator :

Aspek Psikomotor

- Melakukan gerakan teknik dasar meluncur.
- Posisi tubuh, kaki dan lengan streamline/lurus saat melakukan teknik dasar meluncur.
- Melakukan koordinasi gerakan lengan, gerakan tungkai, dan pengambilan nafas saat meluncur.

Aspek Kognitif

- Mengetahui konsep teknik dasar luncuran renang.

Aspek Afektif

- Dapat bekerjasama, disiplin, keberanian dan percaya diri.

Sumber Belajar :

- Buku Penjaskes Kelas V Anak Berkebutuhan Khusus
- Kolam Renang
- Peluit dan stopwatch
- Pelampung punggung

Penilaian :

- Test
- Pengamatan

Lampiran 2

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Sekolah	: Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Jakarta Timur
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (Lima)
Alokasi Waktu	: 2 x 2 x 30 menit (2 x Pertemuan)

Standar Kompetensi :

Mampu mempraktikkan luncuran renang gaya bebas dengan media pelampung punggung dengan nilai – nilai terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar :

Mampu Mempraktikan luncuran renang dengan media pelampung punggung dengan nilai disiplin, keberanian dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik gerakan meluncur dengan baik.
- b. Siswa dapat mengembangkan dan memahami gerakan meluncur dengan baik.

B. Materi Pembelajaran

- Teknik dasar gerakan meluncur.

C. Metode Pembelajaran

- Komando

D. Langkah – Langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1 (2 x 30 menit)

a. Kegiatan Pendahuluan

- Berbaris, berdoa, berhitung, presensi / menjelaskan dan pemanasan.
- Pemanasan secara umum dengan jalan di tempat dan dilanjutkan peregangan yang mengarah kepada materi pelajaran.
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.

b. Kegiatan Inti

- Penjelasan oleh guru secara lisan mengenai seluruh yang berkaitan dengan teknik dasar renang khususnya *luncuran renang*.
- Penjelasan oleh guru secara lisan tentang pembelajaran luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung.
- Guru membariskan siswa untuk melakukan gerakan meluncur.
- Guru dan kolabolator memasang pelampung punggung ke masing-masing siswa.
- Siswa melakukan gerakan meluncur sesuai dengan yang sudah dijelaskan oleh guru dengan baik.

c. Kegiatan Penutup

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

Pertemuan 2 (2 x 30 menit)

a. Kegiatan Pendahuluan

- Berbaris, berdoa, berhitung, presensi / menjelaskan dan pemanasan.
- Pemanasan secara umum dengan jalan di tempat dan dilanjutkan peregangan yang mengarah kepada materi pelajaran.
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.

b. Kegiatan Inti

- Penjelasan oleh guru secara lisan mengenai seluruh yang berkaitan dengan teknik dasar renang khususnya *luncuran renang*.
- Penjelasan oleh guru secara lisan tentang pembelajaran luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung.
- Guru membariskan siswa untuk melakukan gerakan meluncur.
- Guru dan kolabolator memasang pelampung punggung ke masing-masing siswa.
- Siswa melakukan gerakan meluncur sesuai dengan yang sudah dijelaskan oleh guru dengan baik.
- Siswa melakukan test siklus I

c. Kegiatan Penutup

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Sumber Belajar/Alat, Bahan

- Buku penjaskes kelas V
- Kolam renang
- Peluit dan Stopwatch
- Pelampung Punggung

F. Penilaian

- Test
- Pengamatan

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Sekolah	: Warga Binaan Sosial (WBS) Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Cahaya Batin, Jakarta Timur
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (Lima)
Alokasi Waktu	: 2 x 2 x 30 menit (2 x Pertemuan)

Standar Kompetensi :

Mampu mempraktikan luncuran renang gaya bebas dengan media pelampung punggung dengan nilai – nilai terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar :

Mampu Mempraktikan luncuran renang dengan media pelampung punggung dengan nilai disiplin, keberanian dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

- c. Siswa dapat melakukan teknik gerakan meluncur dengan baik.
- d. Siswa dapat mengembangkan dan memahami gerakan meluncur dengan baik.

B. Materi Pembelajaran

- Teknik dasar gerakan meluncur.

C. Metode Pembelajaran

- Komando

D. Langkah – Langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 3 (2 x 30 menit)

a. Kegiatan Pendahuluan

- Berbaris, berdoa, berhitung, presensi / menjelaskan dan pemanasan.
- Pemanasan secara umum dengan jalan di tempat dan dilanjutkan peregangan yang mengarah kepada materi pelajaran.
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.

b. Kegiatan Inti

- Penjelasan oleh guru secara lisan mengenai seluruh yang berkaitan dengan teknik dasar renang khususnya *luncuran renang*.
- Penjelasan oleh guru secara lisan tentang pembelajaran luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung.
- Guru membariskan siswa untuk melakukan gerakan meluncur.
- Guru dan kolabolator memasang pelampung punggung ke masing-masing siswa.
- Siswa melakukan gerakan meluncur sesuai dengan yang sudah dijelaskan oleh guru dengan baik.

c. Kegiatan Penutup

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

Pertemuan 4 (2 x 30 menit)

a. Kegiatan Pendahuluan

- Berbaris, berdoa, berhitung, presensi / menjelaskan dan pemanasan.
- Pemanasan secara umum dengan jalan di tempat dan dilanjutkan peregangan yang mengarah kepada materi pelajaran.
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.

b. Kegiatan Inti

- Penjelasan oleh guru secara lisan mengenai seluruh yang berkaitan dengan teknik dasar renang khususnya *luncuran renang*.
- Penjelasan oleh guru secara lisan tentang pembelajaran luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung.
- Guru membariskan siswa untuk melakukan gerakan meluncur.
- Guru dan kolabolator memasang pelampung punggung ke masing-masing siswa.
- Siswa melakukan gerakan meluncur sesuai dengan yang sudah dijelaskan oleh guru dengan baik.
- Siswa melakukan test siklus I

c. Kegiatan Penutup

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Sumber Belajar/Alat, Bahan

- Buku penjaskes kelas V
- Kolam renang
- Peluit dan Stopwatch
- Pelampung Punggung

F. Penilaian

- Test
- Pengamatan

Jakarta, 25 Mei 2015

Peneliti

Daud Alamin

Lampiran 3

Catatan pembelajaran 1

Ruangan : Kolam Renang GRJT Otista

Hari : Rabu

Jam : 09.00

Pada jam 8.30 pagi siswa dan guru sudah siap - siap untuk berangkat ke kolam renang Gelanggang Remaja Jakarta Timur (GRJT) Otista untuk melaksanakan kegiatan olahraga. Dari sekolah ke kolam renang siswa dan guru menggunakan mobil dinas sekolah berangkat bersama-sama dari sekolah yang letaknya di daerah cawang belakang RSUD Budi Asih. Dari sekolah ke kolam renang membutuhkan waktu kurang lebih 20 menit dengan menggunakan mobil, sesampainya di kolam renang anak – anak sangat gembira sekali mengikuti pelajaran renang hari itu.

Kemudian guru membariskan dan berdoa sejenak agar diberikan keselamatan dan pemanasan untuk persiapan olahraga renang selama 10 menit. Karena siswa disini adalah tunanetra, jadi guru bersama dengan peneliti harus lebih aktif dalam mengatur siswa dalam berbaris dan untuk melakukan pemanasannya pun harus dengan kata – kata yang ringan agar

siswa dapat memahami apa yang di instruksikan guru dan sesekali guru juga membetulkan gerakan – gerakan yang kurang benar dalam melakukan pemanasan. Setelah berdoa dan pemanasan di darat guru memerintahkan untuk siswa memasuki kolam renang satu persatu dengan bantuan guru dan peneliti. Setelah semua siswa berada di dalam kolam, guru membariskan siswa dengan posisi siswa menghadap ke pinggir kolam dan tangan siswa berpegangan ke pinggir kolam, lalu secara serempak siswa melakukan pemanasan pernafasan dan mengambil nafas di dalam air selama 10 kali.

Setelah siswa selesai melakukan pemanasan, guru memberikan materi yang akan diajarkan hari itu. Pada pertemuan pertama akan diajarkan materi luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung yang telah disiapkan, dimana masing – masing siswa akan berusaha meluncur dengan posisi yang streamline atau lurus kedepan dari sisi kolam satu ke kolam yang lain dengan menggunakan media pelampung punggung. Pada pertemuan pertama ini siswa di fokuskan untuk memahami tahapan – tahapan meluncur yang baik dan benar, yaitu tahap awalan, tahap pelaksanaan dan tahap terusan. Pemahaman siswa lebih di tekankan lagi pada perbagian gerakan – gerakannya, agar materi yang di sampaikan dapat cepat siswa pahami.

Pada pertemuan pertama terlihat beberapa siswa masih kesulitan untuk melakukan luncuran renang, pada materi inti tersebut dilakukan selama 40 menit secara berulang – ulang. Siswa – siswa terlihat bergembira melakukan materi luncuran renang yang diberikan oleh guru. Tidak terasa waktu sudah menunjukkan pukul sembilan lewat lima puluh menit, materi pun segera dihentikan. Setelah materi selesai guru memberikan kembali siswa – siswa dan mengevaluasi proses pembelajaran yang diajarkan tadi untuk memperbaikinya dipertemuan selanjutnya, siswa diberikan kesempatan bertanya untuk menanyakan kesulitan apa yang dialami selama proses pembelajaran berlangsung.

Lampiran 4

Catatan Pembelajaran 2

Ruangan : Kolam Renang GRJT Otista

Hari : Rabu

Jam : 09.00

Seperti pada hari sebelumnya, pada jam 9 pagi siswa dan guru sudah berada di kolam renang Gelanggang Remaja Jakarta Timur (GRJT) Otista, tidak seperti minggu kemarin hari ini suasana kolam terlihat mendung dan sepi, seperti akan turun hujan, namun siswa – siswa tetap terlihat semangat untuk mengikuti pelajaran renang kembali. Setelah siswa semua siap, kemudian guru membariskan anak – anak dan berdoa sejenak agar diberi keselamatan dan kelancaran, setelah itu siswa melakukan pemanasan selama 10 menit untuk bersiap – siap turun ke kolam agar tidak terjadi kram otot.

Seperti pada pertemuan sebelumnya dengan keterbatasan penglihatan siswa, pada saat melakukan pemanasan guru dan peneliti harus ekstra mengarahkan siswa satu persatu dan membetulkan apabila ada gerakan yang salah saat melakukan pemanasan. Setelah berdoa dan

pemanasan selesai guru memberikan materi yang akan dia ajarkan hari itu dengan tenang. Di pertemuan kedua ini masih akan diajarkan kembali materi luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung seperti pada pertemuan sebelumnya, dimana masing – masing siswa akan berusaha meluncur dengan tahapan – tahapan luncuran renang seperti pada pertemuan pertama dari sisi kolam satu ke sisi kolam yang lain, namun masih dengan bantuan media pelampung punggung dengan bertujuan mengingat materi minggu lalu.

Di pertemuan kedua terlihat beberapa siswa sudah mulai lebih lancar dibandingkan pertemuan pertama untuk meluncur menggunakan media pelampung punggung, mereka sudah mulai nyaman melakukan tahapan – tahapan luncuran renang dari awalan, pelaksanaan dan terusan, sebagian siswa pada saat tahap pelaksanaan sudah mulai bisa rileks dan posisi badan sudah mulai naik ke atas dan tidak jatuh kebawah lagi, dengan bantuan media pelampung punggung badan siswa terangkat keatas dan siswa bisa lebih mudah merasakan posisi badan streamline atau lurus ke depan.

Namun masih tetap saja terlihat beberapa siswa yang masih belum berani dan kurang percaya diri dalam meluncur, materi inti ini dilakukan selama 20 menit secara berulang – ulang. Terlihat siswa – siswa

bergembira saling berlomba mengalahkan lawan dan beradu kecepatan untuk menjadi pemenang. Setelah selesai guru membariskan kembali siswa – siswa dengan rapih dan mengevaluasi proses pembelajaran yang tadi diajarkan sekaligus memberitahu kepada siswa kalau akan dilaksanakan penilaian luncuran renang.

Di pertemuan kedua ini setelah guru memberikan materi inti selama 20 menit dan siswa di istirahatkan selama 5 menit, guru sebagai kolabolator melakukan pengambilan nilai atau disebut siklus pertama selama 25 menit untuk melihat hasil kemampuan siswa dalam melakukan luncuran renang yang selama ini diajarkan dengan bantuan media pelampung punggung. Apakah sudah cukup berhasil atau masih harus melakukan perbaikan.

Penilaian pun dimulai, siswa diberikan kesempatan meluncur beberapa kali untuk percobaan, setelah siap siswa mulai diambil penilaian secara bergiliransesuai dengan siswa dengan yang dipanggil terlebih dahulu oleh guru. Terlihat siswa ada yang panik takut tidak bisa lulus dan ada pula anak yang terlihat percaya diri dan yakin bisa melakukan gerakan luncuran renang dengan baik dan benar. Setelah selesai melakukan penilaian terlihat beberapa hasil dan terlihat ada siswa yang lulus dan mencapai KKM dan ada juga siswa yang belum lulus kurang mencapai KKM yang telah ditentukan dan harus lanjut ke siklus berikutnya.

Setelah selesai guru membariskan kembali siswa – siswa untuk berdoa dan mengevaluasi proses pembelajaran yang telah diajarkan. Agar lebih baik lagi guru juga memberikan kesempatan bertanya kepada siswa – siswa kesulitan apa yang dialami selama proses pembelajaran agar lebih baik lagi di pertemuan berikutnya. Setelah selesai guru memberikan sedikit motivasi agar siswa – siswa tetap bersemangat terutama kepada siswa yang belum lulus dan belum mencapai KKM, karena masih ada proses selanjutnya. Hal ini perlu dilakukan untuk memperbaiki di pertemuan selanjutnya supaya lebih baik lagi dan apabila masih ada siswa yang belum lulus KKM seperti itu guru bisa mengevaluasi apa yang kurang untuk proses berikutnya.

Lampiran 5

Catatan Pembelajaran 3

Ruangan : Kolam Renang GRJT Otista

Hari : Rabu

Jam : 09.00

Seperti pada hari sebelumnya, pada jam 9 pagi siswa dan guru sudah berada di kolam renang Gelanggang Remaja Jakarta Timur (GRJT) Otista untuk melaksanakan kegiatan olahraga. Siswa – siswa tetap terlihat semangat untuk mengikuti pelajaran renang kembali. Setelah siswa semua siap, kemudian guru membariskan anak – anak dan berdoa sejenak agar diberi keselamatan dan kelancaran, setelah itu siswa melakukan pemanasan selama 10 menit untuk bersiap – siap turun ke kolam agar tidak terjadi kram otot. Seperti pada pertemuan sebelumnya dengan keterbatasan penglihatan siswa, pada saat melakukan pemanasan guru dan peneliti harus ekstra mengarahkan siswa satu persatu dan membetulkan apabila ada gerakan yang salah saat melakukan pemanasan. Setelah berdoa dan pemanasan selesai guru memberikan materi yang akan dia ajarkan hari itu dengan tenang dan setelah itu siswa – siswa memasuki kolam renang dengan bantuan guru.

Di pertemuan ketiga ini masih akan diajarkan kembali materi luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung seperti pada pertemuan sebelumnya, dimana masing – masing siswa akan berusaha meluncur dengan tahapan – tahapan luncuran renang seperti pada pertemuan pertama dan kedua.

Namun setelah pertemuan sebelumnya siswa sudah melakukan penilaian siklus 1 dan sudah ada hasil dari pertemuan pertama dan kedua yakni ada siswa yang sudah mencapai KKM dan ada siswa yang belum mencapai KKM, maka guru kembali mengajarkan luncuran renang dengan bantuan media pelampung punggung, dengan hasil evaluasi dari siklus 1, maka materi yang diajarkan lebih di fokuskan lagi kepada tahapan – tahapan yang menjadi kendala pada siswa yakni dalam memahami tahapan pelaksanaan posisi lengan membuka dan tertekuk tidak lurus dan posisi kaki tenggelam, tidak lurus, membuka dan kaki menekuk, pada tahap akhiran, gerakan lengan tidak lurus ke arah depan, posisi badan condong ke arah depan dan tidak kembali tegak lurus, posisi kaki tidak berdiri tegak dengan kedua kaki, namun menggunakan satu kaki untuk berdiri dan kurang seimbang.

Dari hasil evaluasi pada siklus pertama, maka siswa akan lebih di fokuskan lagi belajar bagaimana posisi badan yang benar pada tahap pelaksanaan, bagaimana mengatasi badan yang masih tenggelam dan sebagainya.

Dengan adanya latihan terfokus ini siswa diharapkan lebih bisa menguasai tahapan – tahapan yang menjadi evaluasi pada siklus pertama. Guru tetap menggunakan media pelampung punggung sebagai alat bantu belajar siswa, agar semua kendala yang dihadapi pada siklus pertama bisa di perbaiki, terutama siswa yang belum mencapai KKM, guru lebih fokus lagi kepada siswa yang belum mencapai KKM dan siswa yang sudah mencapai KKM di tingkatkan lagi pemahamannya, agar lebih baik lagi gerakan luncuran renangnya. Pada materi inti tersebut dilakukan selama 40 menit secara berulang – ulang. Setelah materi selesai guru memberikan kembali siswa – siswa dan mengevaluasi proses pembelajaran yang diajarkan tadi untuk memperbaikinya dipertemuan selanjutnya, siswa diberikan kesempatan bertanya untuk menanyakan kesulitan apa yang dialami selama proses pembelajaran berlangsung.

Lampiran 6

Catatan Pembelajaran 4

Ruangan : Kolam Renang GRJT Otista

Hari : Rabu

Jam : 09.00

Hari terakhir dalam penelitian seperti pada hari sebelumnya, pada jam 9 pagi siswa dan guru sudah berada di kolam renang Gelanggang Remaja Jakarta Timur (GRJT) Otista untuk melaksanakan kegiatan olahraga. Siswa – siswa tetap terlihat semangat untuk mengikuti pelajaran renang kembali. Setelah siswa semua siap, kemudian guru membariskan anak – anak dan berdoa sejenak agar diberi keselamatan dan kelancaran, setelah itu siswa melakukan pemanasan selama 10 menit untuk bersiap – siap turun ke kolam. Seperti pada pertemuan sebelumnya dengan keterbatasan penglihatan siswa, pada saat melakukan pemanasan guru dan peneliti harus ekstra mengarahkan siswa satu persatu dan membetulkan apabila ada gerakan yang salah saat melakukan pemanasan.

Setelah berdoa dan pemanasan selesai guru memberikan materi yang akan dia ajarkan hari itu dengan tenang dan setelah itu siswa – siswa memasuki kolam renang dengan bantuan guru.

Di pertemuan keempat ini masih akan diajarkan kembali materi luncuran renang dengan menggunakan media pelampung punggung seperti pada pertemuan – pertemuan sebelumnya, dimana masing – masing siswa akan berusaha meluncur dengan tahapan – tahapan luncuran renang. Di pertemuan keempat terlihat beberapa siswa sudah lancar untuk melakukan luncuran renang, mereka sudah mulai tenang dalam melakukan luncuran renang dari tahap awalan, tahap pelaksanaan dan tahap terusan. Khususnya pada tahap pelaksanaan dan tahap terusan, pada tahap pelaksanaan posisi badan siswa sudah mulai streamline dan lurus kedepan, sudah tidak tenggelam lagi, ini karena pada saat latihan dengan bantuan media pelampung punggung badan siswa ke angkat ke atas dan pada saat terangkat keatas siswa bisa merasakan posisi badan lurus kedepan dan streamline dengan bantuan media pelampung punggung siswa sudah mulai rileks saat melakukan luncuran renang yang baik dan benar.

Di pertemuan keempat ini setelah guru memberikan materi inti selama 20 menit dan siswa di istirahatkan selama 5 menit, guru sebagai kolabolator melakukan pengambilan nilai atau disebut siklus kedua selama

25 menit untuk melihat hasil kemampuan siswa dalam melakukan luncuran renang yang selama ini diajarkan dengan bantuan media pelampung punggung. Apakah sudah cukup berhasil atau masih harus melakukan perbaikan. Penilaian pun dimulai, penilaian yang dilakukan yaitu luncuran renang. Siswa diberikan kesempatan meluncur beberapa kali untuk percobaan, setelah siap siswa mulai diambil penilaian secara bergiliran sesuai dengan siswa dengan yang dipanggil terlebih dahulu oleh guru, diharapkan terjadi peningkatan di siklus kedua ini. Terlihat siswa – siswa percaya diri dan yakin bisa melakukan gerakan luncuran renang dengan baik dan benar serta lulus memenuhi nilai KKM. Setelah selesai melakukan penilaian terlihat beberapa hasil dan alhamdulillah semua siswa mampu mencapai KKM dan lulus.

Setelah selesai guru membariskan kembali siswa – siswa untuk berdoa dan mengevaluasi proses pembelajaran yang telah diajarkan. Agar lebih baik lagi guru juga memberikan kesempatan bertanya kepada siswa – siswa kesulitan apa yang dialami selama proses pembelajaran agar lebih baik lagi di pertemuan berikutnya. Setelah selesai guru memberikan sedikit motivasi agar siswa – siswa tetap bersemangat untuk belajar.

Lampiran 7

FORMAT PENILAIAN

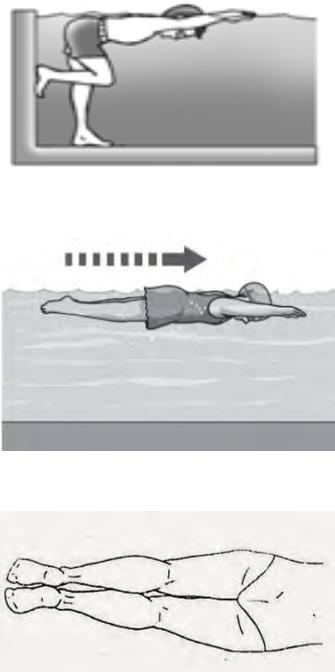
Berilah tanda (√) pada kolom nilai dibawah ini

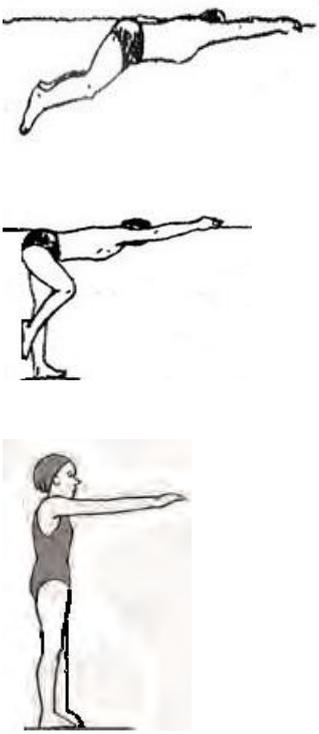
Nama Siswa :

Nama Sekolah :

Tanggal :

Unsur gerak	Uraian Gerakan	Penilaian		
		1	2	3
Posisi Awal 	A. Sikap pandangan <ul style="list-style-type: none"> • Arah Pandangan lurus kedepan B. Sikap badan <ul style="list-style-type: none"> • Berdiri dengan tenang di tepi kolam dan posisi punggung membelakangi dinding kolam. C. Sikap lengan <ul style="list-style-type: none"> • Lurus ke arah depan 			

	<p>D. Sikap kaki</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdiri tegak dengan satu kaki di angkat untuk tolakan ke dinding kolam. 			
Jumlah skor maksimal : 12				
<p>Pelaksanaan</p> 	<p>A. Sikap pandangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menghadap lurus ke arah depan. <p>B. Sikap badan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus rata – rata air <p>C. Sikap lengan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus ke depan tidak tertekuk <p>D. Sikap kaki</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi kaki lurus point, tidak membuka dan menekuk. 			
Jumlah skor maksimal : 12				

<p>Gerakan Terusan</p> 	<p>A. Sikap pandangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus ke arah depan. <p>B. Sikap badan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mulai turun dari rata – rata air. <p>C. Sikap lengan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lurus ke arah depan. <p>D. Sikap kaki</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi kaki turun dan menginjak lantai kolam. 			
<p>Jumlah skor maksimal : 12</p>				
<p>Jumlah total skor : 36</p>				

Lampiran 8

DAFTAR NILAI TES AWAL LUNCURAN RENANG

No	Nama	Awal				Pelaksanaan				Terusan				skor	Nilai	Ket
		SP	SB	SL	SK	SP	SB	SL	SK	SP	SB	SL	SK			
1	Ade Puji H	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	23	64	
2	Lintang Adi P	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	26	72	T
3	Fajar Tri Hadi	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	20	56	
4	M. Abdul Sukron	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	17	47	
5	M. Fikri	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	19	53	
6	M. Roni	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	18	50	
7	M. Wildan Kautsar	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	24	67	
8	Rahmat Sophian	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	21	58	
9	Riadi Pratama	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	20	56	
10	Rivanli Rahmat W	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	18	50	
Jumlah														573		
rata-rata														57		
Siswa tuntas														1		
Ketuntasan %														10		

Lampiran 9

DAFTAR NILAI SIKLUS I LUNCURAN RENANG

No	Nama	Awal				Pelaksanaan				Terusan				skor	Nilai	Ket
		SP	SB	SL	SK	SP	SB	SL	SK	SP	SB	SL	SK			
1	Ade Puji H	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	27	75	T
2	Lintang Adi P	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	29	81	T
3	Fajar Tri Hadi	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	26	72	T
4	M. Abdul Sukron	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	21	58	
5	M. Fikri	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	26	72	T
6	M. Roni	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	22	61	
7	M. Wildan Kautsar	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	28	78	T
8	Rahmat Sophian	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	26	72	T
9	Riadi Pratama	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	26	72	T
10	Rivanli Rahmat W	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	23	64	
Jumlah														705		
rata-rata														71		
Siswa tuntas														7		
Ketuntasan %														70		

Lampiran 10

DAFTAR SIKLUS II LUNCURAN RENANG

No	Nama	Awal				Pelaksanaan				Terusan				skor	Nilai	Ket
		SP	SB	SL	SK	SP	SB	SL	SK	SP	SB	SL	SK			
1	Ade Puji H	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	29	81	T
2	Lintang Adi P	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	31	86	T
3	Fajar Tri Hadi	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	28	78	T
4	M. Abdul Sukron	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	26	72	T
5	M. Fikri	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	28	78	T
6	M. Roni	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	27	75	T
7	M. Wildan Kautsar	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	30	83	T
8	Rahmat Sophian	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	29	81	T
9	Riadi Pratama	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	29	81	T
10	Rivanli Rahmat W	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	27	75	T
Jumlah														790		
rata-rata														79		
Siswa tuntas														10		
Ketuntasan %														100		

Lampiran 11

Perhitungan observasi awal

1. Observasi Awal

a. Rentangan (R)

$$R = \text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}$$

$$R = 72 - 47$$

$$R = 25$$

b. BK

$$BK = 1 + 3,3 \log n$$

$$BK = 1 + 3,3 \log 10$$

$$BK = 4,3 \text{ (4)}$$

c. $PK = \frac{25}{4}$

$$PK = 6,25 \text{ (6)}$$

d. Rata – rata (x)

$$x = \frac{57}{10}$$

$$x = 5,7 \text{ (6)}$$

Lampiran 12

Perhitungan Siklus 1

2. Tes Siklus 1

a. Rentangan (R)

$$R = \text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}$$

$$R = 81 - 58$$

$$R = 23$$

b. BK

$$BK = 1 + 3,3 \log n$$

$$BK = 1 + 3,3 \log 10$$

$$BK = 4,3 \text{ (4)}$$

c. $PK = \frac{23}{4}$

$$PK = 5,75 \text{ (6)}$$

d. Rata – rata (x)

$$x = \frac{71}{10}$$

$$x = 7,1 \text{ (7)}$$

Lampiran 13

Perhitungan siklus 2

3. Tes Siklus 2

a. Rentangan (R)

$$R = \text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}$$

$$R = 86 - 72$$

$$R = 14$$

b. BK

$$BK = 1 + 3,3 \log n$$

$$BK = 1 + 3,3 \log 10$$

$$BK = 4,3 \text{ (4)}$$

c. $PK = \frac{14}{4}$

$$PK = 3,5 \text{ (4)}$$

d. Rata – rata (x)

$$x = \frac{79}{10}$$

$$x = 7,9 \text{ (8)}$$

Lampiran 14**FOTO – FOTO PENELITIAN**

Gambar. Guru sedang menjelaskan pembelajaran luncuran renang kepada siswa kelas V

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Siswa sedang melakukan pemanasan

Sumber. Foto – foto penelitian

PERLAKUAN PADA SIKLUS PERTAMA



Gambar. Siswa berbaris di dalam kolam renang

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Guru membagikan pelampung punggung kepada siswa

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Guru membantu memasang pelampung punggung kepada siswa

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Siswa bersiap – siap melakukan luncuran renang dengan bantuan media pelampung punggung

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Siswa melakukan luncuran renang dengan bantuan media pelampung punggung

Sumber. Foto – foto penelitian

PENILAIAN SIKLUS PERTAMA



Gambar. Guru dan kolabolator berdiskusi untuk melakukan penilaian siklus pertama

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Siswa melakukan penilaian siklus pertama

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Siswa melakukan penilaian siklus pertama

Sumber. Foto – foto penelitian

PERLAKUAN PADA SIKLUS KEDUA



Gambar. Guru membariskan siswa - siswa

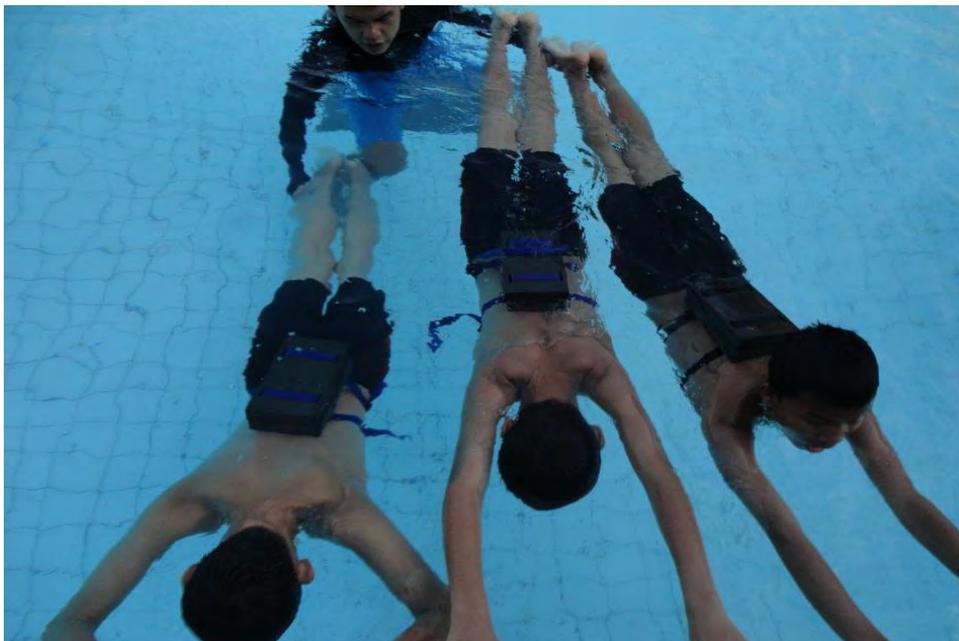
Sumber. Foto – foto penelitian





Gambar. Guru memberikan perlakuan pada siklus kedua, di fokuskan gerakan streamline (lurus kedepan) dengan bantuan media pelampung punggung

Sumber. Foto – foto penelitian





Gambar. Guru membantu siswa – siswa agar badannya streamline dan tidak jatuh kebawah

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Siswa belajar meraba dan merasakan perbagian dari tangan sampai kaki, agar mereka mempunyai gambaran posisi badan streamline

(lurus kedepan)

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Siswa bersiap – siap untuk melakukan luncuran renang dengan bantuan media pelampung punggung

Sumber. Foto – foto penelitian

PENILAIAN SIKLUS KEDUA



Gambar. Siswa melakukan penilaian siklus kedua

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Siswa melakukan penilaian siklus kedua

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Guru dan kolabolator melakukan evaluasi dan diakhiri berdoa

Sumber. Foto – foto penelitian



Gambar. Guru, kolabolator dan siswa berfoto bersama

Sumber. Foto – foto penelitian