

**MODEL BELAJAR KETERAMPILAN RENANG GAYA
BEBAS UNTUK ANAK USIA 9 – 11 TAHUN**



**AGUS ISMAIL
NIM. 9904920009**

**Disertasi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Mendapatkan Gelar Doktor**

Intelligentia - Dignitas
**SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Agus Ismail
NIM : 9904920009
Tempat/Tanggal Lahir : Pitape, 15 Agustus 1986
Jenjang : S3 (Doktor)
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2020/2021

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi dengan judul penelitian **“Model Belajar Renang Gaya Bebas Untuk Usia 9-11 Tahun”** merupakan karya saya sendiri dan tidak mengandung unsur plagiat dari semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sehat tanpa unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 23 Januari 2025


(Agus Ismail)

SURAT PENYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Agus Ismail
NIM : 9904920009
Jenjang : S3 (Doktor)
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2020/2021
Semester : 121 (Ganjil) Tahun Akademik 2024/2025

Dengan ini menyatakan bahwa persetujuan ujian terbuka dan perbaikan ujian tertutup untuk pemberkasan yudisium dan wisuda adalah benar tanda tangan dan sudah mendapatkan persetujuan oleh komisi penguji. Apabila saya melanggar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.






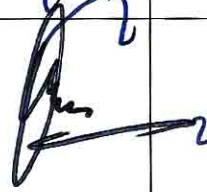

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 23 Januari 2024
Yang membuat pernyataan,



(Agus Ismail)

PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN UJIAN TERTUTUP

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S.M.Bus. (Ketua)		30/1/2025
2	Prof. Dr. Samsudin, M.Pd. (Sekretaris/Koordinator Program Studi/Co-Promotor)		22/1/2025
3	Prof. Dr. Abdul Sukur, S.Pd., M.Si. (Promotor)		22/1/2025
4	Prof. Dr. Moch, Asmawi, M.Pd. (Penguji)		22/1/2025
5	Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes (Penguji)		23/1/2025
6	Dr. Oman U. Sobandi, M.Pd. (Penguji)		23/1/2025
7	Prof. Dr. H. Saharuddin Ita, M.Kes, AIFO (Penguji Luar)		22/1/2025
<p>Nama : Agus Ismail No. Registrasi : 9904920009 Program Studi : Pendidikan Jasmani Angkatan : 2020/2021</p>			

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TERBUKA
DISERTASI/PROMOSI DOKTOR**

Promotor

Co. Promotor



Prof. Dr. Abdul Sukur, S.Pd., M.Si.
Tanggal : 22/1/2025.....



Prof. Dr. Samsudin, M.Pd.
Tanggal : 22/1/2025.....

Nama

Tanda Tangan

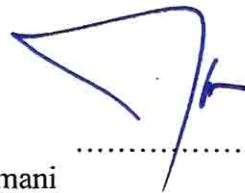
Tanggal

Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus.
Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
(Ketua)¹



30/1/2025

Prof. Dr. Samsudin, M.Pd.
Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani
(Sekretaris)²



22/1/2025

Nama : Agus Ismail
No. Registrasi : 9904920009
Angkatan : 2020/2021
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Lulus : 21 Januari 2025

¹ Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

² Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Agus Ismail
NIM : 9909920009
Fakultas/Prodi : Sekolah Pascasarjana / Pendidikan Jasmani
Alamat email : agus.pomfost@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Model belajar Renang gaya bebas untuk
Anak usia 9 - 11 Tahun

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis


(Agus. Ismail)

MODEL BELAJAR KETERAMPILAN RENANG GAYA BEBAS USIA 9-11 TAHUN

Agus Ismail

Agusismail_9904920009@mhs.unj.ac.id

Pascasarjana, Universitas Negeri Jakarta

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk membuat model belajar keterampilan renang gaya bebas usia 9-11 tahun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Research and Development (R&D) dari Borg and Gall dengan subjek peserta didik di beberapa sekolah dasar di kota Makassar. Jumlah subjek pada saat uji coba kelompok kecil sebanyak 20 orang dan pada saat uji coba kelompok besar 80 orang, sedangkan jumlah subjek pada saat uji efektifitas sebanyak 90 orang. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui observasi lapangan, wawancara, angket dan tes penilaian kemampuan renang gaya bebas. Hasil penelitian ini adalah: 1). Menghasilkan model belajar keterampilan renang gaya bebas usia 9-11 tahun, 2). Terdapat hasil validasi ahli yang menyatakan 28 model belajar keterampilan renang gaya bebas yang layak diterapkan, 3). Model belajar yang dibuat terbukti efektif dalam meningkatkan renang gaya bebas. Terdapat peningkatan yang signifikan belajar keterampilan renangnya bebas setelah melakukan model latihan ini.

Kata Kunci: Model belajar, keterampilan renang, gaya bebas

Intelligentia - Dignitas

ABSTRACT

FREESTYLE SWIMMING SKILLS LEARNING MODEL AGE FOR 9-11 YEARS

Agus Ismail

Agusismail_9904920009@mhs.unj.ac.id

Postgraduate, State University of Jakarta

This study aims to create a freestyle swimming skills learning model for ages 9-11 years. The method used in this study was Research and Development (R&D) from Borg and Gall with students in several elementary schools around Makassar as subjects. There were two groups during trials consisting of 20 students in the small group and 80 students in the large group. Then, the number of subjects during the effectiveness test was 90 students. The instruments employed field observation, interviews, questionnaires and freestyle swimming ability assessment tests. The results of this study indicated that: 1). The results were a freestyle swimming skills learning model for ages 9-11 years, 2). There were the results of expert validation stating that 28 freestyle swimming skill learning models were feasible to be applied, 3). Learning models had been proven the effectiveness in improving freestyle swimming styles. Thus, there is a significant increase in learning freestyle swimming skills after doing this training model.

Keywords: Freestyle, Learning Models, Swimming Skills

Intelligentia - Dignitas

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat, Kekuatan, Ilmu dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Disertasi ini, yang merupakan salah satu persyaratan akademik guna memperoleh gelar Doktor pada Program Studi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta. Judul yang diangkat dalam disertasi ini Model Belajar Keterampilan Renang Gaya Bebas untuk Anak Usia 9 – 11 Tahun.

Penulis sangat menyadari bahwa penulisan disertasi ini tidak akan dapat terselesaikan dengan tanpa adanya bantuan, baik moril maupun materil dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu pada kesempatan ini dengan segenap kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Komarudin, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta
2. Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
3. Prof. Dr. Samsuddin, M.Pd, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan dorongan dan motivasi kepada penulis. Sekaligus sebagai Co-Promotor
4. Prof. Dr. Abdul Sukur, M.Si selaku Promotor yang tanpa lelah dan penuh kesabaran memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian disertasi ini.
5. Ibu Hj. Suryani, SH., MH Ketua Yayasan Pendidikan Islam Mega Rezky Makassar.
6. Prof. Dr. H. Anwar Ramli, SE., M.Si selaku Rektor Universitas Megarezky yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melanjutkan studi di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
7. Keluarga tercinta kepada kedua orang tua, istri dan anak serta adek adekku yang selalu memberikan support dan Do'a kepada penulis.
8. Rekan-rekan mahasiswa S3 Program Studi Pendidikan Olahraga kelas B

serta seluruh mahasiswa angkatan 2020/2021 atas motivasi dan support yang diberikan. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian Disertasi ini.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Rahmat dan Perlindungan-Nya kepada semua pihak yang telah membantu sehingga disertasi ini dapat terselesaikan. Semoga penulisan disertasi ini dapat bermanfaat bagi pembaca sekalian. Penulis menyadari disertasi ini masih jauh dari sempurna dan banyak kekurangan, sehingga dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca.

Jakarta, Januari 2025

Penulis



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	9
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. <i>State Of the Art</i>	10
F. <i>Road Map</i> Penelitian	14
BAB II KAJIAN TEORITIK	16
A. Konsep Pengembangan Model	16
1. Model Pengembangan Borg and Gall	18
2. Model Pengembangan ADDIE.....	22
3. Model Pengembangan Instruksional (MPI)	23
4. Model Pengembangan Kemp	23
5. Model Pengembangan <i>Dick and Carey</i>	25
6. Model Pengembangan Sugiyono.....	27
7. Model Pengembangan Sukmadinata	27
8. Model IDLF.....	28
B. Konsep Model yang Dikembangkan	29
C. Kerangka Teoritik.....	34
1. Konsep Teori Belajar.....	34
2. Konsep Model Belajar Gerak	42
3. Keterampilan Renang Gaya Bebas.....	53
4. Karakteristik Perkembangan Usia Siswa 9 – 11 Tahun	63
D. Rancangan Model Pengembangan	72

BAB III METODE PENELITIAN	74
A. Tujuan Penelitian	74
B. Waktu dan Tempat Penelitian	74
C. Subjek Penelitian.....	74
D. Karakteristik Model	75
E. Desain Penelitian.....	75
F. Langkah – Langkah Pengembangan Model.....	76
G. Teknik Pengumpulan Data.....	79
H. Teknik Analisis Data.....	83
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	86
A. Hasil Pengembangan Model	86
1. <i>Reserch and information colletion</i> (Pengumpulan data awal/ analisis kebutuhan).....	86
2. <i>Planning</i> (Perencanaan)	88
3. <i>Develop Preliminary from product</i> (Validasi ahli)	90
4. <i>Preliminary Field testing</i> (Uji Coba Kelompok Kecil)	98
5. <i>Main product revision</i> (Revisi ujicoba Kelompok Kecil).....	101
6. <i>Main Field testing</i> (uji coba kelompok besar)	102
7. <i>Operasioal product revision</i> (Revisi ujicoba kelompok besar) .	102
8. <i>Operasional field testing</i> (Uji Efektivitas).....	105
9. <i>Final product revision</i> (revisi produk akhir)	111
10. <i>Dissemination and implementation</i>	111
B. Pembahasan.....	112
C. Keterbatasan Penelitian.....	115
BAB V PENUTUP.....	116
A. Kesimpulan	116
B. Implementasi.....	116
C. Saran.....	117
DAFTAR PUSTAKA	118
LAMPIRAN.....	122
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	175

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Perbedaan Model Pembelajaran	10
Tabel 1. 2	Penelitian dan pengembangan	11
Tabel 1. 3	<i>Road Map</i> Penelitian	15
Tabel 2. 1	Hasil Analisa Model Pengembangan <i>Brog & Gall</i>	30
Tabel 2. 2	Rancangan <i>Problem Based Learning</i> (PBL)	40
Tabel 3.1	Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model	78
Tabel 3. 2	Instrumen Tes Renang Gaya Bebas	80
Tabel 4. 1	Data Hasil Studi Pendahuluan	86
Tabel 4. 2	Draft Model yang Dikembangkan	89
Tabel 4. 3	Saran dan masukan ahli pakar renang	91
Tabel 4. 4	Saran dan masukan ahli renang	94
Tabel 4. 5	Saran dan Masukan Ahli Pendidikan Olahraga (Renang)	96
Tabel 4. 6	Saran dan masukan uji coba kelompok kecil	99
Tabel 4. 7	Saran dan masukan uji coba kelompok kecil	103
Tabel 4. 8	Data Uji Gain Score Keterampilan Renang Gaya bebas	106
Tabel 4. 9	Hasil Perhitungan Uji N-Gain Score	109

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1	Visualisasi Keterhubungan Variable.....	13
Gambar 1. 2	Visualisasi Kepadatan Kata Kunci Kejadian Bersama (<i>Co-Occurrence</i>)	14
Gambar 2. 1	<i>Instructional Design R & D</i>	19
Gambar 2. 2	Model Desain Sistem Pembelajaran ADDIE	22
Gambar 2. 3	Tahapan MPI.....	23
Gambar 2.4	Model Kemp	25
Gambar 2. 5	Model Dick & Carrey.....	26
Gambar 2. 6	Langkah-langkah Metode <i>Research & Development</i>	27
Gambar 2. 7	Pengembangan Model Sukmadinata.....	27
Gambar 2. 8	Model <i>Integrative Learning Design Framewor</i> (IDLF)	28
Gambar 2. 9	<i>Instructional Design R&D</i>	29
Gambar 2. 10	<i>Streamline</i>	58
Gambar 2. 11	Posisi <i>streamline</i>	58
Gambar 2. 12	Gerakan kaki (<i>Kicking</i>)	59
Gambar 2. 13	Gerakan lengan (<i>Arm stroke</i>)	60
Gambar 2. 14	Fase menangkap (<i>Catch phase</i>)	61
Gambar 2. 15	Fase Menarik (<i>pull phase</i>).....	61
Gambar 2. 16	Fase mendorong (<i>Push phase</i>)	62
Gambar 2.17	Fase Istirahat (<i>recovery phase</i>)	62
Gambar 2.18	<i>Breathing</i>	63
Gambar 2.19	Koordinasi gerakan	63
Gambar 2. 20	Rancangan Model Belajar Renang Gaya Bebas.....	73
Gambar 3. 1	<i>Instructional Design R&D</i>	75

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Instrument penelitian	123
Lampiran 2.	Data Awal	126
Lampiran 3.	Analisis Data	131
Lampiran 2.	Uji Normalitas	132
Lampiran 5.	Model model belajar renang	133
Lampiran 6.	Surat-surat Penelitian	160
Lampiran 7.	Dokumentasi Penelitian	170



Intelligentia - Dignitas