

**MODEL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR RENANG GAYA
BEBAS PADA ANAK GANGGUAN SENSORIK
PENGLIHATAN DI JAKARTA PARASWIM**



Intelligentia - Dignitas

ADLI AKBAR HARTANTO

1601621040

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

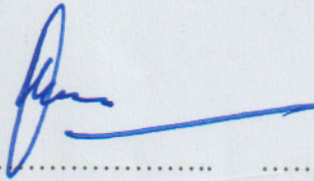
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**Nama
Pembimbing 1**

Tanda Tangan

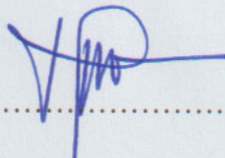
Tanggal

Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd
NIP. 196311061989031001

 27/07 2026

Pembimbing 2

Dr. Sujarwo, M.Pd
NIP. 197604252003121001

 27/07 2026

No Nama

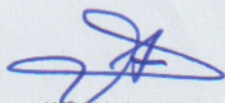
Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

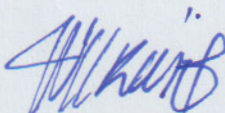
1 **Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd**
NIP. 198210282015041002

Ketua

 27/07 2026

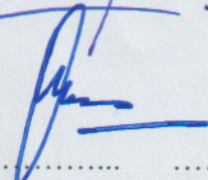
2 **Dr. Wahyuningtyas Puspitorini,
S.Pd., M.Kes.**
NIP. 197205222006042001

Sekretaris

 28/07 2026

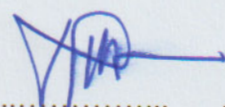
3 **Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd**
NIP. 196311061989031001

Anggota

 27/07 2026

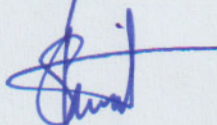
4 **Dr. Sujarwo, M.Pd**
NIP. 197604252003121001

Anggota

 27/07 2026

5 **Saipulloh Ibrahim, M.Pd**
NIP 199712292024061001

Anggota

 24/07 2026

Tanggal Lulus : 15 Juli 2026



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : Adli Akbar Hartanto
NIM : 1601621040
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan / Pendidikan Jasmani
Alamat email : akbarhartanto.adli@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Model Pembelajaran Teknik Dasar Renang Gaya Bebas Pada Anak Gangguan Sensorik Penglihatan di Jakarta Paraswim

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 28 Juli 2026

Penulis

(Adli Akbar Hartanto)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun diperguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Juli 2026



Adli Akbar Hartanto

MODEL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR RENANG GAYA BEBAS PADA ANAK GANGGUAN SENSORIK PENGLIHATAN DI JAKARTA PARASWIM

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran teknik dasar renang gaya bebas bagi anak gangguan sensorik penglihatan di Jakarta Paraswim yang sistematis, adaptif, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan model pengembangan ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, dan Evaluation). Tahap analysis dilakukan melalui observasi dan identifikasi kebutuhan pembelajaran di Jakarta Paraswim. Selanjutnya disusun rancangan model pembelajaran yang dikembangkan menjadi produk berupa buku panduan yang memuat enam belas model pembelajaran teknik dasar renang gaya bebas. Produk divalidasi oleh tiga orang validator yang terdiri atas satu kepala pelatih Jakarta Paraswim dan dua dosen ahli renang adaptif untuk menilai aspek kesesuaian materi, sistematika penyajian, kemudahan penggunaan, keterterapan model, serta kesesuaian dengan karakteristik anak gangguan sensorik penglihatan. Tahap implementasi dilakukan kepada tujuh atlet anak gangguan sensorik penglihatan di Jakarta Paraswim untuk mengetahui keterlaksanaan model pembelajaran yang dikembangkan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran yang dikembangkan dinyatakan layak digunakan berdasarkan hasil validasi para validator pada seluruh aspek penilaian. Implementasi model memperoleh tingkat keterlaksanaan sebesar 85,49% dengan kategori Sangat Baik, yang menunjukkan bahwa seluruh tahapan pembelajaran dapat diterapkan dengan baik selama proses pembelajaran. Model pembelajaran ini mampu memberikan tahapan pembelajaran yang sistematis, mudah dipahami, aman, dan sesuai dengan karakteristik anak gangguan sensorik penglihatan.

Dengan demikian, model pembelajaran teknik dasar renang gaya bebas yang dikembangkan dinyatakan layak, praktis, dan dapat digunakan sebagai pedoman pembelajaran bagi pelatih maupun guru pendidikan jasmani adaptif dalam melaksanakan pembelajaran teknik dasar renang gaya bebas pada anak gangguan sensorik penglihatan di Jakarta Paraswim.

Kata kunci: model pembelajaran, teknik dasar renang gaya bebas, gangguan sensorik penglihatan, paraswimming, ADDIE.

LEARNING MODEL OF BASIC FREESTYLE SWIMMING TECHNIQUES FOR CHILDREN WITH VISUAL SENSORY IMPAIRMENTS AT JAKARTA PARASWIM

ABSTRACT

This study aimed to develop a systematic, adaptive, and learner-centered basic freestyle swimming technique learning model for children with visual sensory impairments at Jakarta Paraswim. The study employed a Research and Development (R&D) approach using the ADDIE instructional design model, which consists of five stages: Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation.

The analysis stage was conducted through observations and needs assessment of the learning process at Jakarta Paraswim. Based on the findings, a learning model was designed and developed into a guidebook containing sixteen sequential learning models for teaching the basic techniques of freestyle swimming. The product was validated by three experts consisting of one head coach of Jakarta Paraswim and two university lecturers specializing in adaptive swimming. The validation assessed the appropriateness of the content, learning procedures, usability, applicability, and suitability for children with visual sensory impairments. The implementation stage involved seven visually impaired para-swimming athletes to evaluate the practicality and implementation of the developed learning model. The results indicated that the developed learning model was considered feasible based on expert validation across all assessment aspects, including content appropriateness, learning sequence, usability, applicability in the learning process, and suitability for the characteristics of children with visual sensory impairments. The implementation results also demonstrated that all participants were able to complete the sixteen learning models successfully, indicating that the developed model is practical and applicable as a learning guide for teaching the basic techniques of freestyle swimming to children with visual sensory impairments at Jakarta Paraswim. Therefore, the developed learning model can serve as an alternative instructional guide that is systematic, safe, and consistent with the principles of adaptive physical education.

Keywords: *learning model, basic freestyle swimming techniques, visual sensory impairment, para swimming, adaptive physical education, ADDIE.*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Allah SWT, karena atas berkat Rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa terselesaikannya skripsi ini bukan semata-mata hasil kerja keras peneliti sendiri, melainkan dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapat bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, diucapkan terimakasih kepada

1. **Prof. Dr Nofi Marlina Siregar, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta.
2. **Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Kes**, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani.
3. **Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd** , selaku Dosen Pembimbing I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
4. **Dr. Sujarwo M.Pd** , selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
5. **Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Kes, AIFO**, selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan banyak arahan, saran serta masukan terkait perkuliahan.
6. **Prof. Abdul Sukur, S.Pd., M.Si.** dan **Dr. Fajar Vidya Hartono, M.Pd.**, selaku Dosen Ahli Renang dalam penulisan skripsi ini.
7. Pihak klub renang Jakarta Paraswim yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang peneliti perlukan.
8. Ucapan terima kasih kepada responden yang telah terlibat dalam penelitian skripsi.

9. Ucapan terima kasih khususnya kepada kedua orang tua, keluarga, sahabat, dan teman-teman yang telah memberikan dukungan dan doa dalam penelitian skripsi ini.

Demikian yang bisa peneliti sampaikan, peneliti mendoakan semoga Allah SWT membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan keolahragaan

Jakarta, Juli 2026

Adli Akbar Hartanto



DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian.....	4
C. Perumusan Masalah	5
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORITIK	
A. Konsep Model.....	6
1. Model Pengembangan Borg & Gall	6
2. Model Pengembangan Dick and Carey	8
3. Model ADDIE.....	9
B. Konsep Model Yang Dipilih	11
C. Kerangka Teoretik.....	12
1. Hakikat Belajar	12
2. Hasil Belajar	13
3. Belajar Pada Anak Gangguan Sensorik Penglihatan	15
4. Hakikat Olahraga Renang.....	18
5. Teknik Dasar Renang.....	19

6. Hakikat Media Pembelajaran.....	31
7. Hakikat Anak Gangguan Sensorik Penglihatan.....	34
8. Karakteristik Siswa Anak Gangguan Sensorik Penglihatan	40
D. Rancangan Model	46
1. Dasar Pemikiran Penamaan Model.....	46
2. Rancangan 16 Tahapan Model Pembelajaran	47
3. Pengelompokan Tahapan Berdasarkan Jenjang Kesulitan	50
4. Prosedur Validasi Kelayakan Model.....	50
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian	52
B. Tempat dan Waktu Penelitian	52
C. Karakteristik Model yang Dipilih.....	53
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	55
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model	58
F. Instrumen Penelitian	62
G. Teknik Analisis Data	66
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengembangan Model	68
1. Hasil Analisis Kebutuhan	69
2. Draft Produk Awal dan Validasi Ahli.....	71
3. Model Final.....	72
B. Kelayakan Model.....	90
C. Revisi Produk.....	92
D. Hasil Implementasi (Uji Coba Lapangan)	93
E. Pembahasan	96
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
A. Kesimpulan	101
B. Saran	102
C. Keterbatasan Penelitian.....	102
DAFTAR PUSTAKA	104

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Rancangan 16 Tahapan Model Pembelajaran Renang Gaya Bebas	47
Tabel 2.2 Pengelompokan 16 Tahapan Berdasarkan Jenjang	50
Tabel 3.1 Instrumen Observasi Keterampilan Teknik Dasar Renang Gaya Bebas	63
Tabel 3.2 Kriteria penskoran	65
Tabel 3.3 Kategori Penilaian Keterampilan Teknik Dasar Renang Gaya Bebas	66
Tabel 4.1 Hasil Analisis Kebutuhan	69
Tabel 4.2 Hasil Validasi Ahli terhadap 16 Model Pembelajaran.....	91
Tabel 4.3 Hasil Revisi Produk Berdasarkan Masukan Validator	92
Tabel 4.4 Hasil Penilaian Implementasi Model Pembelajaran (Skala 1–4)...	94
Tabel 4.5 Kategorisasi Hasil Implementasi per Anak	96



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Tahapan Model Pengembangan Borg and Gall	6
Gambar 2.2 Model Pengembangan Dick and Carey	8
Gambar 2.3 Langkah-langkah Model ADDIE	10
Gambar 2.4 Renang Terapung Telungkup	24
Gambar 2.5 renang meluncur dengan pelampung	24
Gambar 2.6 renang meluncur dengan pelampung	25
Gambar 2.7 renang meluncur tanpa pelampung	25
Gambar 2.8 renang meluncur tanpa pelampung	26
Gambar 2.9 Asesmen Luncuran Telungkup	27
Gambar 2.10 Teknik Gerakan Kaki	28
Gambar 2.11 Teknik Gerakan Lengan	29
Gambar 4.1 Gerakan dasar kaki (flutter kick)	74
Gambar 4.2 Gerakan dasar lengan gaya bebas	75
Gambar 4.3 Koordinasi gerakan tangan dan kaki	76
Gambar 4.4 Teknik mengeluarkan napas di dalam air (bubbling)	77
Gambar 4.5 Gerakan kaki dengan bertumpu pada dinding kolam	78
Gambar 4.6 Meluncur menggunakan papan pelampung	79
Gambar 4.7 Koordinasi meluncur dan gerakan kaki	80
Gambar 4.8 Kayuhan lengan kanan pada renang gaya bebas	81
Gambar 4.9 Kayuhan lengan kiri pada renang gaya bebas	82
Gambar 4.10 Koordinasi kayuhan kedua lengan secara bergantian	83
Gambar 4.11 Koordinasi meluncur, gerakan kaki, dan kayuhan lengan kanan	84
Gambar 4.12 Koordinasi meluncur, gerakan kaki, dan kayuhan lengan kiri ...	85
Gambar 4.13 Koordinasi meluncur, gerakan kaki, dan kedua lengan menggunakan papan	86
Gambar 4.14 Koordinasi meluncur, gerakan kaki, dan kedua lengan menggunakan papan	87

Gambar 4.15 Koordinasi meluncur, gerakan kaki, dan kayuhan lengan kiri tanpa alat bantu.....	88
Gambar 4.16 koordinasi seluruh teknik dasar renang gaya bebas tanpa alat bantu	89



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pengajuan Penelitian	107
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian	108
Lampiran 3. Validasi Ahli Pelatih Renang	109
Lampiran 4. Validasi Ahli Dosen Renang	112
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	118
Lampiran 6. Riwayat Hidup	126
Lampiran 7. Persembahan	127

