

**EFEKTIFITAS GAYA MENGAJAR INKLUSI DAN KOMANDO TERHADAP
HASIL BELAJAR " GRAB START " PADA MAHASISWA YANG
MENGAMBIL MATA KULIAH RENANG**



RUSLAN ABDUL GANI

6135030390

SOSIOKINETIKA

Skripsi Ini Disusun Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana
Pendidikan

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2008

RINGKASAN

Ruslan Abdul Gani, Efektifitas Gaya Mengajar Inklusi dan Komando Terhadap Hasil Belajar “Grab Start” Pada Mahasiswa Yang Mengambil Mata Kuliah Renang, Skripsi, Jakarta : Sosiokinetika, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gaya mengajar mana yang lebih efektif antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar komando terhadap hasil belajar “Grab Start” pada mahasiswa Ilmu Keolahragaan yang mengambil mata kuliah renang.

Penelitian ini dimulai pada tanggal 17 April 2008 berupa tes awal dan pada tanggal 15 Mei 2008 berupa tes akhir, pertemuan berlangsung selama 90 menit dengan frekuensi pertemuan dua kali dalam seminggu dengan jumlah pertemuan 10 kali, Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen yaitu dengan uji –t dengan melakukan tes awal dan akhir dengan membagi dua kelompok yang berbeda. Kelompok pertama diberi perlakuan gaya mengajar inklusi dan kelompok kedua diberi perlakuan gaya mengajar Komando. Teknik pengambilan sampel adalah populasi 120 orang diambil 30 orang dengan cara diundi dengan teknik simple random sampling di bagi dua kelompok .

Teknik analisis statistik yang digunakan adalah teknik statistik dengan Uji –t, pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$, teknik analisa data yang digunakan adalah analisis uji-t dimulai dengan menghitung nilai t – hitung untuk dibandingkan dengan nilai t – tabel pada taraf signifikan 5 %.

Gaya mengajar inklusi diperoleh nilai t – hitung = 6.69, nilai yang tercantum dalam t – tabel dengan derajat kebebasan (dk) = 15-1 = 14 taraf signifikan 5 % adalah 2.145, jadi t – hitung > t – tabel berarti ada perbedaan yang meyakinkan (signifikan) sebelum dan setelah diberi perlakuan gaya mengajar Inklusi.

Gaya Mengajar Komando diperoleh t – hitung 5.6, nilai yang tercantum dalam t – tabel dengan derajat kebebasan (dk) = $15-1 = 14$, taraf signifikan 5 % adalah 2.145, jadi t – hitung > t – tabel, berarti ada perbedaan yang meyakinkan (signifikan) sebelum dan setelah diberikan perlakuan gaya mengajar komando.

Gaya mengajar inklusi dan komando diperoleh t – hitung = 2.13 , nilai yang tercantum dalam t – tabel dengan derajat kebebasan (dk) $15 + 15 - 2 = 28$ taraf signifikan 5 % adalah 2.048. jadi t – hitung > t – tabel.

Dengan demikian gaya mengajar inklusi lebih efektif dibandingkan dengan gaya mengajar komando terhadap hasil belajar “ *Grab Start* ” pada mahasiswa yang mengambil mata kuliah renang.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, yang atas ridho-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya. Skripsi berjudul Efektifitas Gaya mengajar Inklusi dan komando terhadap hasil belajar "*Grab Start*" pada mahasiswa yang mengambil mata kuliah renang.

Skripsi ini disusun bertujuan untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Penulis merasakan dalam penulisan skripsi ini sangat berat namun berkat tekad yang kuat dan tidak terlepas dari kesungguhan dan ketekunan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Drs. A. Sofyan Hanif, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Ketua Jurusan Sosiokinetika, Dra. Yusmawati, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Sosiokinetika, Dr. H. Samsudin, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Drs. Oman Unju Subandi selaku Dosen Pembimbing I Drs. Nur'ali, M.Pd selaku Pembimbing II dan sekaligus Pembimbing Akademik, dan tidak lupa kepada teman-teman yang terus memberikan motivasi dalam penulisan skripsi ini.

Akhirnya Penulis mengucapkan terimakasih dan penghormatan yang teramat dalam kepada Ibu (Iyah Kartiyah) dan Bapak (Narta) Nenek, dan kakak (Nanang Suwarna, S.Pd) sehingga terselesaikannya skripsi ini semoga Allah SWT, memberikan pahala yang sesuai dengan segala kebaikan yang telah diberikan. Amin

Jakarta, Juni 2008

RAG

DAFTAR ISI

RINGKASAN	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah	5
E. Kegunaan Penelitian	5
BAB II PENYUSUNAN KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERFIKIR DAN PENGAJUAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Teoritis	6
1. Hakikat Gaya mengajar Komando	6
a. Hakikat Belajar	6
b. Hakikat Mengajar	10
c. Hakikat Belajar Gerak	12
d. Hakikat Gaya Mengajar	15
e. Hakikat Gaya Mengajar Komando	16
2. Hakikat Gaya Mengajar Inklusi.....	19
a. Hakikat Gaya Mengajar Inklusi.....	19
3. Hakikat "Grab Start"	21
B. Kerangka Berpikir	28

C. Pengajuan Hipotesa	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian	34
C. Metode Penelitian	35
D. Disain Penelitian	35
E. Populasi dan Tehnik Pengambilan Sample Penelitian	35
F. Instrumen Penelitian	36
G. Tehnik Pengumpulan Data	37
H. Tehnik Analisa Data	37
I. Hipotesa Statistik	39
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	40
1. Data gaya mengajar komando	40
2. Data Gaya Mengajar Inklusi	43
B. Pengujian Hipotesis	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN – LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

1. Anatomi dari gaya mengajar komando	18
2. Anatomi dari gaya mengajar Inklusi	20
3. Perbedaan gaya mengajar inklusi dan Komando.....	31
4. Distribusi Frekuensi tes awal metode komando.....	41
5. Distribusi Frekuensi tes akhir metode komando	42
6. Distribusi Frekuensi tes awal metode Inklusi (cakupan)	43
7. Distribusi Frekuensi tes akhir metode Inklusi (cakupan)	44
8. Data tes awal " <i>Grab Start</i> "	53
9. Data tes akhir " <i>Grab Start</i> "	54
10. Data tes awal gaya mengajar komando dan inklusi (cakupan)	55
11. Data tes awal dan akhir kelompok gaya mengajar komando	60
12. Data tes awal dan akhir kelompok gaya mengajar inklusi (cakupan)	62
13. Perhitungan data untuk membandingkan tes akhir kelompok gaya mengajar inklusi (cakupan) dan komando	65

DAFTAR GAMBAR

1. posisi tubuh pada saat take off	23
2. posisi tubuh pada saat diudara	25
3. posisi tubuh pada saat masuk ke dalam air	26
4. Grafik Diagram Batang hasil tes awal gaya mengajar komando.....	41
5. Grafik Diagram Batang hasil tes akhir gaya mengajar komando	42
6. Grafik Diagram Batang hasil tes awal gaya mengajar inklusi	44
7. Grafik Diagram Batang hasil tes akhir gaya mengajar inklusi	45
8. Dokumentasi Penelitian	100

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data penelitian tes awal "Grab Star"	53
Lampiran 2 Data Penelitian Tes akhir " Grab Start"	54
Lampiran 3 Hasil Tes Awal "Grab Start" Renang Pada kelompok metode komando dan inklusi.....	55
Lampiran 4 perhitungan tes awal "Grab Start" renang kelompok metode dan inklusi	56
Lampiran 5 Tes awal dan tes akhir "Grab Start" Renang Kelompok Metode Komando	59
Lampiran 6 Perhitungan tes awal dan tes akhir "Grab Start" renang kelompok metode komando.....	60
Lampiran 7 Tes awal dan tes akhir " Grab Start" renang kelompok metode Inklusi	62
Lampiran 8 Perhitungan tes awal dan tes akhir "Grab Start" renang Kelompok Metode Inklusi	63
Lampiran 9 Tes akhir renang Kelompok metode Komando dan Inklusi	65
Lampiran 10 Perhitungan tes akhir Kelompok metode komando dan inklusi.....	66
Lampiran 11 Data Distribusi Frekuensi tes awal metode Komando	69
Lampiran 12 Data distribusi frekuensi tes akhir metode komando.....	70
Lampiran 13 Data distribusi frekuensi tes awal metode inklusi	71
Lampiran 14 Data distribusi frekuensi tes awal metode inklusi	72

