

# **PENERAPAN METODE BERMAIN KREATIF TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN RENANG GAYA DADA PADA SISWA KELAS III SD ISLAM AL-AZHAR KELAPA GADING JAKARTA UTARA**

**Hernawan<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta, Jl. Pemuda No. 10  
Jakarta, Indonesia  
hernawan@unj.ac.id

**Abstrak.** Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan Kemampuan Renang Gaya Dada Pada Siswa Kelas III SD Islam Al-Azhar Kelapa Gading Jakarta Utara, dan membuat siswa lebih aktif dalam pembelajaran. Metode penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan dengan pengambilan data kualitatif dan kuantitatif. Penelitian melibatkan 2 kolaborator dan dilakukan sebanyak 2 siklus, masing-masing siklus terdiri dari 2 kali pertemuan. Kondisi awal siswa yang diteliti belum optimal belum pembelajaran renang dan kurang aktif dalam pembelajaran. Hasil dari siklus pertama sebagai berikut: Hasil yang didapat dari proses pembelajaran adalah nilai tes rata-rata siswa adalah 75,76 dengan 20 orang (57%) telah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dan nilai hasil materi pembelajaran adalah 55 %. Skor-skor tersebut belum mencapai standar keberhasilan yang ditentukan peneliti sehingga diperlukan siklus II untuk dapat meningkatkan kemampuan renang gaya dada Hasil dari siklus kedua yang merupakan refleksi dari siklus pertama sebagai berikut: Hasil yang didapat dari proses belajar mengajar adalah nilai tes rata-rata siswa adalah 77,43 dengan 28 orang (80%) telah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dan prosentasi observasi langkah-langkah metode bermain kreatif juga sudah mencapai 100%. Angka-angka tersebut telah mencapai standar keberhasilan yang ditentukan peneliti dengan demikian peneliti memutuskan untuk mengakhiri tindakan pembelajaran. Berdasarkan hasil yang ada maka dapat disimpulkan bahwa metode bermain kreatif dapat meningkatkan Kemampuan Renang Gaya Dada Pada Siswa Kelas III SD Islam Al-Azhar Kelapa Gading Jakarta Utara

**Kata Kunci:** Renang Gaya Dada, Metode Bermain Kreatif.

## **PENDAHULUAN**

Kendala yang sering dihadapi untuk mengajak anak-anak belajar renang adalah karena anak takut air. Takut dengan air berkembang ketika anak dihadapkan pada elemen-elemen berbahaya dan ketidaknyamanan. Perasaan bawah sadar ini akan terbawa sampai anak menjadi dewasa. Inilah salah satu manfaat nyata dari berenang dan mengapa hal ini sangat krusial dalam proses perkembangan psikologi anak.

Pembelajaran renang bagi anak sebaiknya diarahkan langsung pada pembentukan pola gerak dasar untuk kemudian menuju ke teknik atas gaya-gaya dalam berenang. Atas dasar itu, maka jangan sampai ada yang

terlewatkan, yaitu pola gerak dasar umum dan dominan dalam renang. Pembelajaran yang langsung menekankan teknik dasar sangat mungkin mengurangi minat anak dan suasana kejiwaan lainnya, seperti frustrasi akibat tidak mampu menguasai teknik dasar yang dibarengi kejemuan.

Pengajaran kemampuan dasar berenang siswa Sekolah Dasar kelas bawah tidak ditekankan pada penguasaan teknik renang, akan tetapi seorang guru haruslah dapat membuat anak tersebut berani terhadap air sehingga guru harus dapat menyajikan materi dengan pendekatan yang tepat agar kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan baik.

Proses pembelajaran tidak akan lepas dari adanya siswa, pengajar, metode mengajar, materi, sampai dengan sarana dan prasarana karena semua faktor tersebut saling berkaitan dalam menciptakan tujuan pembelajaran yang baik dan sesuai dengan rencana. Agar mendapatkan hasil yang maksimal dalam melakukan kemampuan dasar berenang sangat dibutuhkan seorang guru yang profesional, berkualitas, terlatih, kreatif dan menguasai materi pembelajaran.

Guru pendidikan jasmani tradisional cenderung menekankan pada penguasaan keterampilan cabang olahraga. Dalam pendekatan ini, guru menentukan tugas-tugas ajarnya kepada siswa melalui kegiatan fisik tak ubahnya seperti melatih suatu cabang olahraga.

Bermain merupakan kegiatan yang dapat merangsang siswa untuk bergerak dengan gembira untuk mengikuti materi yang disampaikan, Metode bermain kreatif sangat tepat diterapkan dalam proses pembelajaran renang khususnya untuk siswa Sekolah Dasar, karena metode ini anak dirangsang untuk bergerak dan mengembangkan imajinasi anak serta potensi yang ada dalam dirinya sehingga menjadikan siswa lebih aktif dan dapat memudahkan dalam proses pembelajaran kemampuan dasar renang.

Metode bermain kreatif dapat menciptakan suasana pembelajaran yang gembira, kreatif, dan inovatif sehingga siswa tidak jenuh dalam mengikuti proses pembelajaran dan selalu tertarik pada materi yang diberikan, sehingga akan membantu meningkatkan hasil belajar siswa terutama dalam pembelajaran renang gaya dada.

Yang menjadi fokus dalam penelitian ini, dimana permasalahan menjadi lebih optimal dan tidak menjadi lebih luas sehingga tidak terjadi kesalahan persepsi maka peneliti membatasi masalah kepada Penerapan

Metode Bermain Kreatif Terhadap Peningkatan Kemampuan Renang Gaya Dada Pada Siswa Kelas III SD Islam Al-Azhar Kelapa Gading Jakarta Utara

Dengan menggunakan metode bermain kreatif yang diterapkan pada pembelajaran renang gaya dada dapat diarahkan kepada peserta didik dalam membentuk perkembangan kognitif, psikomotorik Fokus penelitian ini akan diarahkan kepada tindakan yang dipilih oleh peneliti yaitu bermain kreatif dalam melihat hasil dan proses belajar renang gaya dada.

Penelitian tindakan cenderung termasuk jenis penelitian kualitatif yang menekankan proses yang dirancang untuk mencapai perbaikan praktik dalam situasi nyata. Perancangan proses akan tepat jika didasarkan pemahaman mendalam terhadap situasi ajang penelitian terkait.

Maka penelitian tindakan akan mencapai hasil yang optimal jika dilakukan oleh praktisi terkait atau paling tidak melibatkan praktisi secara intensif dari awal sampai selesai. Jadi peneliti tindakan merupakan pelaku penelitian sekaligus pengguna hasilnya.

Penelitian Tindakan menurut (Uhar Suharsaputra: 2012; 245) Penelitian tindakan merupakan salah satu varian dari penelitian terapan (*applied research*) dan termasuk dalam tipe penelitian evaluasi (*evaluation research*) yang dimaksudkan untuk mendekati atau menghilangkan gap antara teori (*espoused theory*) dengan praktik (*theory in use*).

Menurut pendapat (Endang Mulyatiningsih: 2011; 59) “penelitian tindakan (*action research*) termasuk dalam ruang lingkup penelitian terapan (*applied research*) yang menggabungkan antara pengetahuan, penelitian dan tindakan

Menurut (Mills: 2003; 5) “penelitian tindakan adalah pertanyaan

sistematik dilakukan oleh para peneliti guru, kepala sekolah, konselor sekolah, atau stakeholder lainnya dalam lingkungan pengajaran/pembelajaran untuk mengumpulkan informasi tentang bagaimana sekolah tertentu mereka beroperasi.

Selanjutnya Carr & Kemis dalam (Suarsih Madya; 2011;9) mengemukakan bahwa: Penelitian tindakan adalah salah satu bentuk penelitian refleksi diri kolektif yang dilakukan oleh peserta-pesertanya dalam situasi sosial untuk meningkatkan penalaran dan keadilan praktik pendidikan dan praktik sosial mereka, serta pemahaman mereka terhadap praktik-praktik mereka dan terhadap situasi tempat praktik-praktik tersebut dilakukan

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan (*Action Research*) yang menggunakan metode bermain kreatif yang dikaji kedalam tindakan melalui beberapa siklus. Sumber data yang dipakai dalam penelitian ini adalah data-data yang dapat menggambarkan peningkatan kemampuan renang gaya dada. Adapun data penelitian terdiri dari dua jenis yaitu penelitian yang bersifat kuantitatif dan kualitatif.

Data kuantitatif dalam penelitian ini data kuantitatif untuk kemampuan renang gaya dada, diperoleh melalui tes awal dan tes akhir dari renang gaya dada. Sedangkan data yang bersifat kualitatif yaitu data yang mendeskripsikan proses pembelajaran yang diperoleh melalui observasi. Sumber data dalam penelitian tindakan ini adalah siswa putra Kelas III SD Islam Al-Azhar kelapa Gading Jakarta Utara.

## **HASIL PENELITIAN**

Kondisi awal siswa yang diteliti belum optimal belum pembelajaran renang dan kurang aktif dalam pembelajaran. Hasil dari siklus pertama sebagai berikut: Hasil yang didapat dari proses pembelajaran adalah nilai tes rata-rata siswa adalah 75,76 dengan 20 orang (57%) telah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dan nilai hasil materi pembelajaran adalah 55 %. Skor-skor tersebut belum mencapai standar keberhasilan yang ditentukan peneliti sehingga diperlukan siklus II untuk dapat meningkatkan kemampuan renang gaya dada Hasil dari siklus kedua yang merupakan refleksi dari siklus pertama sebagai berikut: Hasil yang didapat dari proses belajar mengajar adalah nilai tes rata-rata siswa adalah 77,43 dengan 28 orang (80%) telah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dan prosentasi observasi langkah-langkah metode bermain kreatif juga sudah mencapai 100%. Angka-angka tersebut telah mencapai standar keberhasilan yang ditentukan peneliti dengan demikian peneliti memutuskan untuk mengakhiri tindakan pembelajaran

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan masalah yang dirumuskan, pembahasan dan analisis data dapat ditarik beberapa kesimpulan.

Penerapan menggunakan metode bermain kreatif efektif untuk meningkatkan

Meningkatkan Kemampuan renang gaya dada Pada Siswa Kelas III SD Islam Al-Azhar kelapa Gading Jakarta Utara.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Agung Setyabudi, 2006. *Aspirasi Pendidikan jasmani & Orkes untuk SMA/MA*. Surakarta: CV. Pustaka Manggala.

- David G. Thomas, 1998. *Steps To Success Renang Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dumadi & Kasiyo Dwijowinoto, 1992. *Renang Materi Metode Penilaian*. Jakarta: Depdikbud Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Endang Mulyatiningsih, 2011. *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- E. Mills, Geoffrey. 2003. *Action Research A Guide For The Teacher Researcher*. USA: Merrill Prentice Hall.
- Maykes S. Tedjasaputra. 2001. *Bermain, Mainan dan Permainan Untuk Pendidikan Usia Dini*. Jakarta: Grasindo.
- Suwarsih Madya, 2011. *Teori dan Praktik Penelitian Kelas (Action Research)*. Bandung : Alfabeta.
- Tadkiroatun Musfiroh, 2008. *Cerdas Melalui Bermain*. Jakarta: Grasindo.
- Uhar Suharsaputra, 2012. *Metode Penelitian, Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Bandung: Refika Aditama.
- Yuliani N Sujiono, Bambang. S, 2010. *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*. Jakarta: Indeks.