

## **PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN *DIRECTIVE INSTRUCTION* TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR RENANG GAYA DADA**

**Sandra Arhesa\*<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Majalengka

e-mail: [arhesasandra@unma.ac.id](mailto:arhesasandra@unma.ac.id)

### ***ABSTRAK***

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *Directive Instruction* terhadap keterampilan gerak dasar renang gaya dada. Jenis penelitian yang di gunakan adalah penelitian eksperimen, dengan desain penelitian *One Group Pretest Posttest Design*. Populasi seluruh siswa ekstrakurikuler renang SD Bina Muda yang berjumlah 40 siswa, teknik pengamilan sampling yaitu menggunakan *total sampling*. Instrumen Penelitian yang digunakan adalah tes keterampilan gerak dasar renang gaya dada. Teknik analisis data dengan menguji rata-rata dan simpangan baku, uji normalitas, uji homogenitas serta uji hipotesis dengan menggunakan aplikasi SPSS. Berdasarkan pengolahan dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan model pembelajaran *directive intruction* terhadap keterampilan gerak dasar renang gaya dada. Saran untuk penelitian selanjutnya untuk mengkaji berbagai metode pembelajaran lainnya dengan sampel yang lebih banyak dan jenjang yang berbeda serta gunakan gaya renang selain gaya dada.

**Kata Kunci:** *Model Pembelajaran, Directive Intruction, Renang Gaya Dada, Keterampilan Gerak.*

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Berdasarkan peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2006 tentang standar isi untuk satuan Pendidikan di sekolah, tujuan dari mata pelajaran penjas adalah untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan, yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa yang ingin dicapai mencakup aspek fisik, mental, dan emosi setiap individu kearah yang positif. Penjas juga merupakan dasar untuk olahraga, dapat dilihat komponen-komponen fisik seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan tubuh yang ditentukan dan dihasilkan, dikembangkan, serta ditingkatkan. Tujuan penjas di sekolah menurut Mahendra (2007:89) yaitu “untuk membantu siswa dalam meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif dan kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani”. Artinya, melalui Penjas diharapkan para siswa memiliki kebugaran jasmani, sikap positif, dan mampu melakukan aktivitas sehari-hari.

Dalam Undang-Undang No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional menyatakan setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk melakukan kegiatan olahraga, memperoleh pelayanan dalam kegiatan olahraga, memiliki dan mengikuti jenis dan cabang yang sesuai bakat dan minatnya, memperoleh pengarahan, dukungan, bimbingan, pembinaan dan pengembangan dalam keolahragaan, menjadi pelaku olahraga dan mengembangkan industri olahraga. Jadi, setiap warga negara mempunyai hak untuk memperoleh pelayanan dalam kegiatan olahraga. Demikian juga kegiatan olahraga yang harus dilaksanakan oleh siswa di sekolah. Salah satu kegiatan olahraga yang harus dikuasai oleh siswa di sekolah diantaranya renang. Arisandi dan Afrizal (2019:249) menyatakan bahwa, “renang adalah olahraga yang menyenangkan karena otot tubuh bergerak sehingga otot tubuh bergerak dengan pesat dan kekuatan perenang bertambah”. Jelas bahwa renang bagus untuk pertumbuhan dan perkembangan siswa, dengan berkontraksinya seluruh otot akan menjadikan taraf kebugaran jasmani siswa meningkat yang kemudian siswa mampu melakukan aktifitas sehari-hari. Renang menurut Arhesa (2020:58) berguna memperdalam dan mengeksplorasi pengetahuan peserta didik, menyalurkan bakat dan minat, untuk melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Pembelajaran renang di sekolah banyak yang menggunakan model pembelajaran konvensional untuk menghadapi permasalahan heterogenitas kemampuan siswa umumnya hanya sebagian kecil yang mempunyai keahlian atau keterampilan dalam olahraga serta kemampuan akademik yang baik. Sehingga siswa kesulitan dalam mengikuti pembelajaran yang lebih banyak menekankan pada pengetahuan keterampilan khususnya renang, apalagi mata pelajaran renang hanya bisa dilakukan sebulan sekali. Hal ini menjadi salah satu penyebab kurangnya keterampilan siswa dalam berenang. Dengan begitu perlu adanya suatu model pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan keterampilan berenang. Proses pembelajaran renang yang diajarkan di setiap sekolah pada umumnya lebih banyak menekankan aktivitas air yang kurang sistematis dalam pelaksanaannya, sehingga siswa kurang dalam kemampuan berenang. Dengan ciri pembelajaran tersebut, banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran renang, terutama siswa yang sama sekali tidak memiliki dasar keterampilan berenang, untuk dapat meningkatkan pembelajaran maka seorang guru hendaknya dapat memiliki model pembelajaran yang tepat, karena dengan memiliki model pembelajaran yang tepat akan berdampak pada hasil belajar siswa. Arends dan pakar model pembelajaran berpendapat bahwa tidak ada satupun model pembelajaran yang paling baik diantara yang lainnya apabila tidak dilakukan uji coba pada suatu mata pelajaran. Oleh karena itu, perlu adanya seleksi pada setiap model pembelajaran mana yang paling baik untuk diajarkan pada materi tertentu (Trianto, 2013:101).

Berdasarkan observasi dan survey hasil pembelajaran renang gaya bebas dan dada pada siswa ekstrakurikuler renang SD Bina Muda bahwa nilai rata-rata hasil belajar renang gaya dada yang kurang baik dibandingkan gaya bebas dari 40 siswa yang dijadikan sampel hanya ada 6 siswa yang dapat melakukan renang gaya dada dengan baik, atau hanya 23% saja sedangkan 77% sisanya siswa hanya pasif dalam mengikuti proses pembelajaran pada materi renang gaya dada itu sendiri. Karena renang gaya dada menurut Arhesa (2020:57) gerakan kaki lebih sulit dan gerak laju tubuh ke depan lebih besar dihasilkan dari gerakan kaki dibanding tangan. Hal ini disebabkan juga oleh model pembelajaran yang sering digunakan guru yaitu secara konvensional sehingga kekurangan dari masing-masing siswa belum tertangani dan intensitas volume latihan penerapan yang dilakukan siswapun relatif masih kurang. Sedangkan siswa yang berhasil dalam pembelajaran renang gaya dada ternyata adalah siswa yang ikut dalam privat renang yang tentunya dapat pembelajaran langsung secara intensif oleh instruktur renang.

Dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran renang, salah satu model pembelajaran langsung (*Directive Intruccion*) adalah suatu pendekatan pembelajaran yang dapat membantu siswa mempelajari keterampilan dasar dan memperoleh informasi yang dapat diajarkan tahap demi tahap, model pembelajaran langsung dirancang khusus untuk mengembangkan siswa tentang pengaruh prosedural dan pengetahuan deklaratif yang terstruktur dengan baik dan tepat di pelajaran tahap demi tahap landasan teori pembelajaran langsung adalah teori belajar sosial, yang juga disebut belajar melalui observasi, atau disebut permodelan tingkah laku. Melalui pembelajaran langsung siswa dapat mengembangkan pengetahuan deklaratif (pengetahuan tentang sesuatu) dan pengetahuan prosedural (pengetahuan tentang bagaimana melakukan sesuatu secara struktur dengan baik). Menurut Amri dan Efendi (2010:39) Pembelajaran langsung (*Direct Intruccion*) atau sering juga disebut (*explicit intruccion*) khusus dirancang untuk mengembangkan belajar siswa untuk mengetahui prosedural, pengetahuan, deklaratif, termasuk kemampuan fisik yang diajarkan dengan pola selangkah demi selangkah”. Hal ini berarti model pembelajaran langsung merupakan metode yang baik untuk mengajarkan aturan, prosedur, keterampilan dasar, khususnya siswa yang baru belajar renang. Sehingga model pembelajaran langsung sangat sesuai diterapkan dalam mengajarkan teknik dasar renang..

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka sesuai pengamatan di lapangan penulis merasa tertarik untuk meneliti model pembelajaran *directive intruccion* terhadap keterampilan gerak dasar renang gaya dada yang dilaksanakan di sekolah. Untuk itu penulis mencoba akan melakukan penelitian dengan mengambil judul : Pengaruh Model Pembelajaran *Directive Intruccion* terhadap Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada.

## **METODE**

Jenis penelitian yang di gunakan adalah penelitian eksperimen, dengan desain penelitian *One Group Pretest Posttest Design*. Populasi seluruh siswa ekstrakurikuler renang SD Bina Muda yang berjumlah 40 siswa, teknik pengamilan sampling yaitu menggunakan *total sampling*. Instrumen Penelitian yang digunakan adalah tes keterampilan gerak dasar renang gaya dada. Teknik analisis data dengan menguji rata-rata dan simpangan baku, uji normalitas, uji homogenitas serta uji hipotesis dengan menggunakan aplikasi SPSS.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Uji rata-rata dan simpangan baku

**Tabel 1. Uji rata-rata dan simpangan baku**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std.Deviation
Pretest	40	4	10	7.15	1,410
Posttest	40	9	11	10.30	1,922

Pada kelompok pretest diperoleh data dari jumlah sampel sebanyak 40 orang adalah skor rata-rata 7,15 dengan simpangan baku 1,410, pada kelompok posttest diperoleh data skor rata-rata 10,30 dengan simpangan baku 1,922. Data tersebut menggambarkan bahwa terjadi peningkatan yang cukup signifikan dilihat dari data skor rata-rata pretest dan posttest.

#### Uji normalitas

**Tabel 2. Uji normalitas**

Data Penelitian	N	Hasil Uji		Keterangan
		<i>Kolmogorov-simornov</i>	<i>Shapiro-Wilk</i>	
Data Tes Awal	40	0.062	0.053	Normal
Data Tes Awal	40	0.200	0.130	Normal

Hasil penghitungan di atas diperoleh melalui penghitungan uji *kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk*. Adapun data pengambilan keputusan adalah *jika nilai sig.* Atau *nilai probability > 0.05* maka dikatakan distribusi data normal.

#### Uji homogenitas

**Tabel 3. Uji homogenitas**

Keterampilan gerak dasar renang gaya dada	N	Levene Test sig	Keterangan
Pretest-posttest	20	<b>0,471</b>	<b>Homogen</b>

Uji ini di hitung menggunakan *lavene test* ( $\alpha=0,05$ ). Dengan ketentuan nilai- nilai *sig*. Atau nilai probalitas lebih besar dari  $0,05$  ( $sig>0,05$ ), maka data tersebut **homogen**.

## Uji hipotesis

**Tabel 4. Uji hipotesis**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Keterangan
	B	Std. Error	Beta			
Pembelajaran <i>Directive Intruccion</i>	1,101	,189	,808	5,809	,000	Signifikan

Karena nilai *sig* atau nilai *probabilitas* yang di peroleh lebih kecil dari 0.05 ( $0.000<0.05$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan model pembelajaran *directive Intruccion* terhadap keterampilan gerak dasar renang gaya dada.

## Pembahasan

Dari hasil perhitungan statistik bahwa terbukti adanya pengaruh yang signifikan Model Pembelajaran *Directive Intruccion* terhadap keterampilan gerak dasar renang gaya dada. Dikaitkan dengan teori-teori yang di dukung yang telah ada dan penelitian-penelitian terdahulu, seperti hasil penelitian Irawan (2009) bahwa model pembelajaran langsung sangat baik dalam meningkatkan hasil belajar renang gaya dada pada Siswa Kelas XI IPS I SMA Negeri 5 Surakarta Tahun Ajaran 2009/2010. Adapun beberapa hal yang menyebabkan terdapat pengaruh yang signifikan yaitu siswa memperhatikan dan menyimak demonstrasi atau pelajaran yang disampaikan dengan semangat dan mencoba gerakan yang di pelajari sehingga mudah di pahami dan terjadinya peningkatan dalam proses keterampilan gerak. Hal itu sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Husdarta (2009:12) “gerak adalah rangsangan utama bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, kian banyak ia bergerak, kian banyak hal yang ditemukan kian baik pula kualitas pertumbuhannya”.

Pembelajaran yang kondusif akan menghasilkan hasil keterampilan yang lebih baik. Proses interaksi peserta didik dengan pendidikan dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Siswa belajar dan beraktivitas sendiri untuk memperoleh pengalaman, tingkah laku, dan pengetahuan lainnya serta mengembangkan keterampilannya yang bermakna. Kemudian, disiplin dan mendengarkan penjelasan dari guru sehingga siswa bersungguh-sungguh, antusias, memberikan kontribusi yang positif, dan termotivasi mempelajari gerakan secara berulang-ulang melatih merangkai gerak sebagian atau keseluruhan yang ada pada manusia terdiri dari mengamati, menangkap, mengingat, menghayal, merasakan, dan berpikir. Dengan mengadakan pengulangan maka gerakan akan berkembang lebih sempurna. Memberikan kontribusi yang positif pada kelompoknya. Dan agar siswa tidak terlalu merasa tertekan dengan apa yang

disampaikan dan praktekkan maka dapat kita selangi dengan pembahasan-pembahasan atau permainan air yang mengacu kepada gerakan renang gaya dada yang kita tuju, agar siswa lebih tenang dan mudah memahami gerakan-gerakan dasar renang gaya dada tersebut. Kita dapat memotivasi siswa untuk mengikuti proses pembelajaran sehingga nantinya dapat berpengaruh terhadap hasil keterampilannya.

Berdasarkan hasil penelitian serta teori-teori pendukung yang dipaparkan di atas maka dapat diyakini bahwa Model Pembelajaran *Directive Instruction* dapat membantu meningkatkan keterampilan gerak dasar renang gaya dada pada Siswa ekstrakurikuler renang SD Bina Muda.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pengolahan dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan model pembelajaran *directive intruction* terhadap keterampilan gerak dasar renang gaya dada. Saran untuk penelitian selanjutnya untuk mengkaji berbagai metode pembelajaran lainnya dengan sampel yang lebih banyak dan jenjang yang berbeda serta gunakan gaya renang selain gaya dada. Terimakasih juga kepada siswa, guru dan pihak SD Bina Muda yang telah bisa membantu sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amri dan Efendi. (2010). *Kontruksi Pengembangan Pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pustaka
- Arhesa, S. (2020). *Buku Jago Renang Untuk Pemula Nasional dan Internasional*. Tangerang: Cemerlang
- Arhesa, dkk, (2020). *Identifikasi Faktor-faktor Penghambat Belajar Renang*. Jurnal Respects. Vol.2, No.2, pp. 10-17.
- Arisandi dan Afrizal. (2019). *Analisis Teknik Renang Gaya Dada Studi Lapangan Pada Atlet Pemula Renang Women’s Swimming Club Padang*. Jurnal Pendidikan dan Olahraga. Vol.2, No.1, pp. 248-253
- Husdarta. (2009). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta
- Irawan, A. (2010). *Penerapan Model Pembelajaran Langsung Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Renang Gaya Dada Siswa Kelas XI IPS 1 SMAN 5 Surakarta Tahun Ajaran 2009/2010*. Skripsi Universitas Sebelas Maret: Diterbitkan.
- Mahendra, Agus. (2007). *Teori Belajar dan Pembelajaran Motorik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Trianto. (2013). *Model Pembelajaran Terpadu*. Malang: Bumi Aksara