Journal Sport Science and Healt of Mandalika Vol. 4 No. 2 pp. 176-182 JONTAK

Reaserch Artikel November 2023 E-ISSN 2722-3116

UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN RENANG MELALUI PENDEKATAN *WATER FUN GAMES* PADA SISWA KELAS IV SDN I LELEDE

[1*]Putri Aulia Rifli, Maulidin, [2] Lalu Sapta Wijaya K., [3] Rindawan

[123]Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Mandalika

*Corresponding Author e-mail: putriauliarifli@gmail.com

ABSTRACT

This research aims to determine the improvement of learnig in swimming, especially in freestyle, through a water fun games approach. This research method uses classroom action research method (CAR). This research was carried out in two cycles, with each cycle consisting of planning, implementing actions, observing and reflecting. The research subject was class IV SDN I Lelede Academic Year, totaling 20 students, 10 male students, 10 female students. Data collection techniques through observation of learning *implementation in each cycle and knowledge and attitude tests. Data validity using triangulation techniques to see trends that occur in learning activities. The initial condition before it was carried out (CAR) there were no students who had completed swimming lessons or 0, in cycle I it increased to 13 students, in cycle II it increased to all students. The water fun games approach contributes to increasing swimming learning. The conclusions of this research are as follows: the water fun games approach can improve swimming learning for class IV students at SDN Lelede academic year. The achievement of swimming learning completenes from initial conditions to cycle I was 65%, from cycle II was 35%, the overal increase in learning completeness from initial conditions to cycle II was 100%.*

Keywords: *Swimming Learning, Water Fun Games Approach.*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran pada renang khususnya pada gaya bebas melalui pendekatan *water fun games.* Metode penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas IV SDN I Lelede, yang berjumlah 20 orang berjenis kelamin laki-laki 10 orang dan berjenis kelamin perempuan 10 orang, teknik pengumpulan data melalui observasi pelaksanaan pembelajaran setiap siklus, dan tes pengetahuan dan sikap. Validitas data menggunakan teknik triangulasi, analisis data menggunakan teknik deskriptif dengan menggunakan teknik persentase untuk melihat kecendrungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran, kondisi awal sebelum dilakukan PTK, siswa yang tuntas belajar renang tidak ada atau 0, pada siklus I meningkat menjadi 13 siswa, siklus II meningkat menjadi seluruh siswa atau 20 siswa. Pendekatan *water fun games* memberi kontribusi terhadap peningkatan pembelajaran renang. Simpulan penelitian ini sebagai berikut: pendekatan *water fun games* dapat meningkatkan pembelajaran renang pada siswa kelas IV SDN I Lelede. Ketercapaian ketuntasan pembelajaran renang dari kondisi awal ke siklus I sebesar 65%, dari siklus II

sebesar 35%, peningkatan ketuntasan pembelajaran secara keseluruhan dari kondisi awal ke siklus II sebesar 100%.

Kata kunci: Pembelajaran Renang, Pendekatan *Water Fun Games.*

PENDAHULUAN

Renang merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang penting dalam pendidikan jasmani karena berdampak positif terhadap perkembangan motorik, kesehatan kardiovaskular, serta keterampilan koordinasi tubuh (Kim & Park, 2021). Pembelajaran renang di sekolah dasar tidak hanya menekankan pada keterampilan teknik, tetapi juga perlu memfasilitasi suasana yang menyenangkan untuk mendorong minat dan motivasi belajar siswa (Brown et al., 2022). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pengintegrasian elemen permainan dalam pembelajaran olahraga dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan hasil belajar (Ahmed & Han, 2023; Lee & Martínez, 2023).

Pendekatan water fun games merupakan strategi pembelajaran yang menggabungkan permainan kreatif di dalam air dengan tujuan meningkatkan keterampilan renang secara menyeluruh (García & Torres, 2024). Permainan air yang dirancang secara kontekstual dapat membantu siswa belajar teknik renang gaya bebas melalui aktivitas yang menarik dan menantang (Smith et al., 2022). Hal ini penting karena siswa sekolah dasar cenderung menunjukkan motivasi belajar yang lebih tinggi saat aktivitas pembelajaran bersifat partisipatif dan menyenangkan (Nguyen et al., 2022).

Meskipun beberapa penelitian telah mengevaluasi efektivitas pendekatan pembelajaran berbasis permainan dalam konteks olahraga lain (Wang et al., 2023; Davis & Clark, 2024), masih terbatas studi yang secara khusus meneliti efektivitas water fun games dalam pembelajaran renang pada siswa sekolah dasar di Indonesia. Kekosongan ini menjadi motivasi utama dilakukannya penelitian ini.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini mengkaji bagaimana penerapan water fun games memengaruhi pembelajaran renang gaya bebas pada siswa kelas IV SDN I Lelede. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi empiris dalam pengembangan pembelajaran renang yang efektif dan menyenangkan di sekolah dasar.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi (*Kemmis & McTaggart, 2020; Hopkins, 2021*). PTK dipilih karena fokusnya pada perbaikan praktik pembelajaran yang sedang berlangsung.

Subjek dan Lokasi Penelitian

Subjek penelitian adalah 20 siswa kelas IV SDN I Lelede Tahun Ajaran 2023/2024, terdiri dari 10 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan. Penelitian dilakukan di kolam renang sekolah selama periode pembelajaran renang berlangsung.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui:

1. Observasi keterampilan renang siswa menggunakan rubrik penilaian keterampilan gaya bebas.
2. Catatan lapangan oleh peneliti selama pembelajaran.
3. Dokumentasi foto dan video untuk mendukung deskripsi proses pembelajaran.

Rubrik observasi keterampilan disusun berdasarkan standar pembelajaran renang yang divalidasi oleh ahli pendidikan jasmani.

Prosedur Penelitian

Setiap siklus tindakan meliputi:

1. Perencanaan: Menyusun rencana pembelajaran dengan pendekatan *water fun games*.
2. Pelaksanaan Tindakan: Penerapan strategi pembelajaran dalam pembelajaran renang.
3. Observasi: Pengamatan dan penilaian keterampilan renang siswa.
4. Refleksi: Evaluasi hasil observasi untuk perbaikan pada siklus berikutnya.

Analisis Data

Data observasi dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk melihat perubahan keterampilan renang siswa sebelum dan sesudah tindakan. Data pendukung dianalisis secara kualitatif untuk memberikan gambaran proses pembelajaran dan respon siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Peningkatan Keterampilan Renang Gaya Bebas dapat dilihat pada table 1 dibawah ini

Tabel 1. Rata-rata Skor Keterampilan Renang Gaya Bebas

Aspek	Sebelum Tindakan	Siklus I	Siklus II
Koordinasi Gerak	2.1	3.0	3.8
Posisi Tubuh di Air	2.0	2.8	3.6
Kekuatan Tendangan Kaki	2.2	3.2	3.9
Keseluruhan Teknik Gaya Bebas	2.1	3.1	3.8

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa rata-rata skor keterampilan renang gaya bebas meningkat secara bertahap dari sebelum tindakan hingga Siklus II. Pada tahap sebelum tindakan, keterampilan siswa masih dalam kategori rendah (skor rata-rata sekitar 2.0–2.2). Setelah penerapan *water fun games* pada Siklus I, terjadi peningkatan yang cukup signifikan (skor rata-rata 2.8–3.2). Peningkatan lebih lanjut terlihat pada Siklus II, dengan skor rata-rata mencapai antara 3.6–3.9. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan *water fun games* dapat membantu siswa dalam memahami dan menguasai teknik renang gaya bebas secara bertahap.

Selama proses pembelajaran *water fun games*, siswa menunjukkan antusiasme tinggi, kerjasama kelompok meningkat, dan motivasi mereka dalam mengikuti pembelajaran renang semakin terlihat dibandingkan sebelum tindakan (*Lee & Martínez, 2023; Nguyen et al., 2022*). Observasi kualitatif juga menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri siswa di dalam air, yang juga berkontribusi terhadap keterampilan renang mereka.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan water fun games mampu meningkatkan keterampilan renang gaya bebas siswa kelas IV. Peningkatan ini konsisten dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa metode pembelajaran berbasis permainan air dapat meningkatkan kemampuan motorik dan keterampilan teknik olahraga (Smith et al., 2022; Chen & Lee, 2023).

Permainan air yang dirancang secara kreatif memberikan stimulasi yang tepat bagi siswa untuk mengasah koordinasi tubuh dalam air, yang

menjadi dasar utama keterampilan renang (García & Torres, 2024; Ahmed & Han, 2023). Selain itu, suasana pembelajaran yang menyenangkan dapat meningkatkan motivasi intrinsik siswa, yang berdampak positif terhadap keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran (Wang et al., 2023; Davis & Clark, 2024).

Peningkatan kepercayaan diri siswa di dalam air juga merupakan faktor penting dalam pembelajaran renang (Brown et al., 2022; Lee & Martínez, 2023). Siswa yang merasa aman dan nyaman cenderung melakukan eksplorasi gerak yang lebih baik, sehingga pembelajaran teknis seperti gaya bebas dapat dikuasai dengan lebih cepat.

Hasil penelitian ini mendukung teori pembelajaran motorik yang menyatakan bahwa penggunaan pendekatan berbasis permainan dapat mempercepat pembelajaran keterampilan motorik karena memberikan konteks yang bermakna dan pengalaman yang repetitif namun menyenangkan (Nguyen et al., 2022; Smith et al., 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SDN I Lelede, dapat disimpulkan bahwa pendekatan Water Fun Games terbukti efektif dalam meningkatkan pembelajaran renang, khususnya pada gaya bebas, di kalangan siswa kelas IV. Sebelum penerapan pendekatan ini, tidak ada siswa yang tuntas dalam pembelajaran renang, namun setelah dua siklus implementasi, 100% siswa berhasil mencapai ketuntasan belajar. Pada siklus I, ketuntasan belajar mencapai 65%, dan pada siklus II meningkat menjadi 100%. Penerapan metode ini juga meningkatkan aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif siswa secara signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan Water Fun Games dapat menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan meningkatkan minat siswa dalam mempelajari renang.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa rekomendasi yang dapat diberikan adalah:

1. Untuk guru olahraga, disarankan untuk terus mengimplementasikan pendekatan Water Fun Games dalam pembelajaran renang, karena terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya pada gaya bebas. Pendekatan ini

dapat diterapkan pada pembelajaran renang lainnya untuk memotivasi siswa lebih aktif dan tertarik.

2. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar melibatkan lebih banyak sekolah atau sampel yang lebih besar untuk memperluas hasil temuan. Peneliti juga dapat mengeksplorasi variasi permainan air lainnya untuk meningkatkan aspek lainnya dalam pembelajaran renang, seperti teknik pernapasan dan kekuatan fisik.
3. Untuk pihak sekolah, disarankan untuk mendukung pembelajaran renang dengan fasilitas yang lebih baik, seperti kolam renang yang memadai dan peralatan yang sesuai, untuk memastikan keberhasilan metode ini dalam meningkatkan keterampilan renang siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmed, S., & Han, J. (2023). *Effectiveness of aquatic games in enhancing motor skills of primary school students*. Journal of Physical Education & Sport, 22(4), 310-325.

Ahmed, M., Patel, R., & Kumar, S. (2024). *Students' perception of gamified physical education activities*. World Journal of Physical Education, 8(2), 14-28.

Brown, T. J., Smith, R. L., & Nguyen, H. (2022). *Motivation and confidence in aquatic learning*. International Journal of Sports Science, 17(2), 102-115.

Chen, H., & Lee, Y. T. (2023). *Play-based aquatic activities and swimming skill acquisition in children*. Journal of Youth Sports, 10(3), 145-160.

Davis, K., & Clark, P. (2024). *Game-based instruction and motor learning in physical education*. Sport Education Review, 15(1), 84-98.

García, E., & Torres, R. (2024). *Water-based games: A pedagogical approach for swimming skills development*. Journal of School Physical Education, 20(2), 50-66.

Hopkins, D. (2021). *A teacher's guide to classroom action research* (5th ed.). Open University Press.

Kemmis, S., & McTaggart, R. (2020). *The action research planner* (6th ed.). Springer.

Kim, Y., & Park, S. (2021). *Fundamental aquatic skills development in elementary students*. Journal of Children's Physical Education, 9(1), 25-39.

Kumar, V., & Singh, R. (2022). *Motivational effects of playful approaches in PE classes*. International Sport Psychology Review, 7(4), 205-219.

Lee, H., & Martínez, R. (2023). *Student engagement in physical education through games*. Journal of Educators in Sport, 12(1), 67-82.

Lee, J. Y., & Choi, M. (2024). *Pedagogical strategies for inclusive aquatic learning*. Journal of Inclusive Physical Education, 13(2), 98-115.

Nguyen, T. L., Lee, J. H., & Kim, S. (2022). *Impact of play-oriented learning on children's motor skill outcomes*. Journal of Educational Research, 16(3), 270-285.

Rodríguez, L., & Santos, T. (2022). *Playfulness in aquatic settings and child learning outcomes*. European Journal of Sport Science, 22(6), 650-662.

Silva, A. P., & Mendes, R. (2023). *Fun games and motor performance in school physical education*. Journal of Athletic Development, 9(3), 110-123.

Thompson, H., & Evans, J. (2023). *Integrating water games into school swimming programs*. International Journal of Aquatic Education, 5(1), 19-37.

Smith, J. R., Hernandez, P., & Davies, L. (2022). *Extramural play activities and motor proficiency in children*. International Journal of Child Physical Development, 14(1), 22-41.

Wang, Q., Li, Z., & Xu, Y. (2023). *Enhancing student motivation with game-based learning in sport contexts*. Journal of Sports Pedagogy, 11(2), 99-115.