



SURVEI KECEMASAN SISWA KELAS X TERHADAP PEMBELAJARAN RENANG DI SMK TELEKOMEDIKA KOTA BOGOR

Aris Rizki Solehudin¹, Bambang Ismaya², Akhmad Dimiyati³

Universitas Singaperbangsa Karawang, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

1610631070028@student.unsika.ac.id, bambang.ismaya@fkip.unsika.ac.id, akhmad.dimiyati@fkip.unsika.ac.id

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran renang masih ada siswa yang takut atau cemas saat berenang sehingga pembelajaran tidak kondusif dan belum tercapai tujuan pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kecemasan siswa kelas X dalam kegiatan pembelajaran renang di SMK Telekomedika Kota Bogor. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Telekomedika Kota Bogor. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket, sedangkan teknik samplingnya adalah *Cluster Random Sampling*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Telekomedika Kota Bogor sebanyak 60 siswa. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian ini menunjukkan kecemasan siswa kelas X di SMK Telekomedika, secara terperinci memiliki kategori sangat baik yaitu 16 siswa sebesar 26,7%, kategori baik sebanyak 24 siswa sebesar 40%, kategori cukup sebanyak 20 siswa sebesar 33,3%, dalam kategori kurang dan sangat kurang berjumlah 0 siswa (0,00%).

Kata Kunci : survei, kecemasan, pembelajaran, dan renang

ABSTRACT

The problem in this study is that in the implementation of swimming learning activities there are still students who are afraid or anxious when swimming so that learning is not conducive and learning objectives have not been achieved. This study aims to determine the anxiety of class X students in swimming learning activities at SMK Telekomedika Bogor City. This research is a descriptive quantitative study using a survey method. The population in this study were students of class X SMK Telekomedika Bogor City. The instrument in this study used a questionnaire, while the sampling technique was cluster random sampling. The subjects of this study were 60 students of class X SMK Telekomedika Bogor City. The data analysis used in this research is descriptive quantitative analysis with percentages. The results of this study indicate the anxiety of class X students at SMK Telekomedika, in detail there is a very good category, namely 16 students by 26.7%, good categories as many as 24 students by 40%, enough categories as many as 20 students by 33.3%, in the poor category. and very less numbered 0 students (0.00%).

Keywords: survey, anxiety, learning, and swimming

PENDAHULUAN

SMK Telekomedika memang tidak mempunyai kolam renang sendiri, akan tetapi di daerah tersebut terdapat kolam renang umum yang jaraknya tidak jauh dari sekolahan tersebut berjarak kurang lebih sekitar 2 kilometer, sehingga proses pembelajaran renang dalam pendidikan jasmani tetap dapat diajarkan. Menurut Izzuddin (2020) Sarana dan prasarana yang kurang memadai mengakibatkan latihan kurang efektif. Tujuan dari latihan tidak tercapai.

Berdasarkan informasi yang didapat dari guru pendidikan jasmani di SMK Telekomedika Kota Bogor pembelajaran renang memang sering menjadi pembelajaran yang sulit dilakukan bagi sebagian anak dengan alasan takut tenggelam dan takut hidungnya panas saat kemasukan air. Menurut Izzuddin (2020) Setiap individu mempunyai tingkatan teknik yang berbeda-beda, ada yang baik ada pula yang kurang baik. Ketakutan berlebih terhadap air menjadi pemicu ketakutan dalam melakukan aktivitas akuatik termasuk renang (Susanto, 2014: 89). rasa takut dengan air memang suatu hal yang banyak terjadi, rasa takut atau mungkin disebabkan karena; takut tenggelam, sulit bernafas, rasa sakit. Dan



menurut pengamatan peneliti pada pembelajaran renang dalam pendidikan jasmani siswa kelas X SMK Telekomedika Kota Bogor ada siswa yang terlihat tidak bersemangat melakukan gerakan renang, maupun terlihat takut saat melakukan aktivitas di air.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh penulis dengan melakukan wawancara kepada salah satu tenaga pengajar di Kota Bogor dan didapat bahwa keadaan siswa ketika pertama kali mengikuti kegiatan pembelajaran renang merasakan ketakutan yang di sebabkan oleh beberapa faktor salah satunya karena banyak siswa yang masih belum bisa berenang dan ketakutan dengan kolam yang dalam, apabila siswa merasakan ketakutan saat kegiatan pembelajaran renang maka kegiatan pembelajaran akan tidak efektif.

Berdasarkan informasi melalui wawancara penulis dengan guru pendidikan jasmani di SMK Telekomedika Kota Bogor pembelajaran renang memang sering menjadi pembelajaran yang sulit dilakukan bagi sebagian anak dengan alasan takut tenggelam dan takut hidungnya panas saat kemasukan air.

Berdasarkan latar belakang di atas bahwa kecemasan mempengaruhi pencapaian tujuan proses pembelajaran renang. Maka judul yang diambil oleh penulis adalah “Survei Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor”. Dengan metode survei ini penulis dapat mengumpulkan informasi dari sampel.

Menurut (Widhi dkk, 2019) Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan keseluruhan yang artinya banyak mempelajari banyak hal dalam bidang pengetahuan yang dipadukan dengan kegiatan praktik fisik

Menurut Sari (2018) Kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, di sekolah sangat dipengaruhi berbagai unsur, antara lain guru sebagai unsur utama siswa, kurikulum, tujuan, metode, sarana dan prasarana, penilaian, dan suasana kelas. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat berlangsung efektif jika sarana dan prasarana yang sesuai dengan materi terpenuhi dan dapat dimanfaatkan secara maksimal untuk pencapaian tujuan pembelajaran.

Menurut Herlika (2020) Renang merupakan upaya untuk menggerakkan (mengapungkan atau mengangkat) semua bagian tubuh ke atas permukaan air. Renang pada umumnya dilakukan tanpa perlengkapan bantuan. Renang merupakan cabang olahraga yang menggunakan anggota tubuh terutama bagian tangan dan kaki untuk bergerak di dalam air. Renang di dalam kejuaraan akan melombakan peserta dalam adu kecepatan di dalam air dan dalam peraturan lombanya sendiri telah ditetapkan oleh FINA.

Istilah kecemasan dalam Bahasa Inggris yaitu anxiety yang berasal dari Bahasa Latin angustus yang memiliki arti kaku, dan ango, anci yang berarti mencekik (Trismiati, dalam Yuke Wahyu Widosari, 2010: 16). Sarlito Wirawan Sarwono (2012: 251) menjelaskan kecemasan merupakan takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya.

Menurut Spilberger (dalam Triantoro Safaria & Nofrans Eka Saputra, 2012: 53) menjelaskan kecemasan dalam dua bentuk, yaitu. 1) Trait anxiety, yaitu adanya rasa khawatir dan terancam yang menghinggapi diri seseorang terhadap kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya. Kecemasan ini disebabkan oleh kepribadian individu yang memang memiliki potensi cemas dibandingkan dengan individu yang lainnya. 2) anxiety State anxiety, merupakan kondisi emosional dan keadaan sementara pada diri individu dengan adanya perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan secara sadar serta bersifat subjektif..

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan metode survei dan pengambilan datanya menggunakan angket. Skor yang diperoleh dari angket kemudian dianalisis dengan teknis statistik deskriptif yang akan dituangkan dalam bentuk persentase.

Penelitian ini yaitu penelitian deskriptif kuantitatif, karena penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang kecemasan siswa terhadap pembelajaran renang. Menurut Nana Syaodiq Sukmadinata (2013: 18) penelitian deskriptif ditujukan untuk mendeskripsikan suatu keadaan atau fenomena fenomena apa adanya

Sehubungan dengan judul Penelitian “Survei Survei Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor” dalam penelitian ini peneliti mengambil populasi dari jumlah 3 kelas di sekolah SMK Telekomedika Kota Bogor. penentuan sampel penelitian



ini adalah *Cluster Random Sampling*. Menurut Prof. Dr. Sugiyono (2012: 121), *cluster random sampling* adalah teknik yang digunakan untuk menentukan sampel bila obyek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas. Dari hasil teknik ini, dari 3 kelas yang ada dipilih 2 kelas untuk penelitian dengan menggunakan teknik undian.

Instrumen dalam penelitian ini adalah angket yang isinya mengungkap kecemasan siswa kelas X SMK Telekomedika terhadap pembelajaran renang. Menurut nana syaodih sukmadinata (2013: 219) angket atau kuisioner merupakan suatu teknik atau pengumpulan data secara tidak langsung dimana peneliti tidak langsung bertanya-jawab dengan responden. Dengan angket tersebut maka dapat diperoleh fakta-fakta ataupun pendapat.

Tabel 1. Kisi-kisi angket

No	Variabel	Faktor	Indikator	No. soal	Jumlah
1	Kecemasan Pembelajaran Renang Siswa kelas X	Faktor dari Dalam	Rasa tertarik / senang	1,2,3,4,5,6,7	7
			Diri sendiri	8,9,10,11,12,13,14,15	8
2	X	Faktor dari Luar	Keluarga	16,17,18,19,20, 21,22	7
			Kondisi medis	23,24,25,26,27,28,29,30	8
Jumlah					30

HASIL dan PEMBAHASAN

Untuk mengetahui Tingkat Kecemasan Siswa Keals X Terhadap Pembelajaran Renang Di SMK Telekomedika Kota Bogor diukur dengan angket yang berjumlah 30 butir. Setelah data diperoleh, diskor, dan dianalisis dengan bantuan *software Microsoft Excel 2010*, diperoleh nilai minimum = 40 ; nilai maksimum = 64 ; rata-rata (mean) = 50,89 ; standar deviasi = 7,29

Tabel 4.2 Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor

NO	kelas interval			Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	62	-	Ke atas	16	26,7	Sangat Baik
2	55	-	61	24	40,0	Baik
3	47	-	54	20	33,3	Cukup
4	40	-	46	0	0,0	Kurang
5	Ke Bawah	-	39	0	0,0	Sangat Kurang
jumlah				60	100	

Dari hasil penelitian tersebut diketahui Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor yang menyatakan pada kategori “sangat baik” dengan persentase 26,7%, pada kategori “baik” dengan persentase 40,0%, pada kategori “cukup” dengan persentase 33,3%, pada kategori “kurang” dengan persentase 0%, dan pada kategori “sangat kurang baik” dengan persentase 0%.



Gambar 4.1 Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang Di SMK Telekomedika Kota Bogor



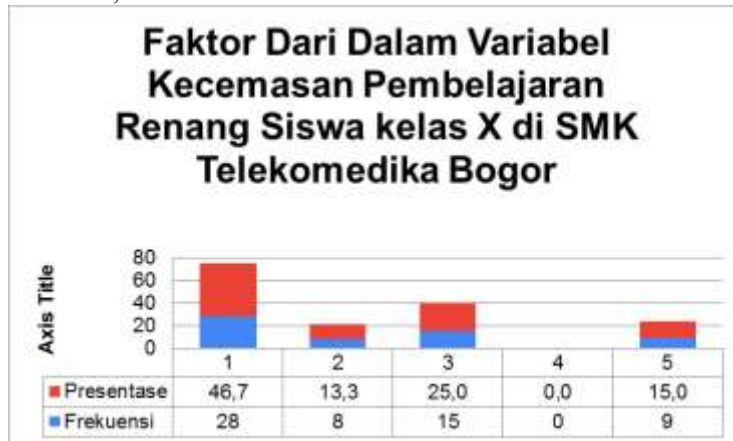
Dalam penelitian ini Kecemasan Siswa Keals X Terhadap Pembelajaran Renang Di SMK Telekomedika Kota Bogor di ukur berdasarkan faktor intrinsik dan ekstrinsik. Hasil penilaian masing-masing faktor diuraikan sebagai berikut:

Untuk mengetahui Kecemasan Siswa Keals X Terhadap Pembelajaran Renang Di SMK Telekomedika Kota Bogor pada Faktor Rasa tertarik/senang. Setelah data diperoleh, diskor, dan dianalisis dengan bantuan *software Microsoft Excel 2010*, diperoleh nilai rata-rata (mean) = 26,64 ; standar deviasi = 2,65.

Tabel 4.3 Faktor Intrinsik.

NO	kelas interval			Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	31	-	Ke atas	28	46,7	Sangat Baik
2	28	-	30	8	13,3	Baik
3	25	-	27	15	25,0	Cukup
4	23	-	24	0	0,0	Kurang
5	Ke Bawah	-	22	9	15,0	Sangat Kurang
jumlah				60	100	

Dari hasil penelitian tersebut Faktor Intrinsik. diketahui yang menyatakan pada kategori “sangat baik” dengan persentase 46,7%, pada kategori “baik” dengan persentase 13,3%, pada kategori “cukup” dengan persentase 25,0%, pada kategori “kurang” dengan persentase 0%, dan pada kategori “sangat kurang” dengan persentase 15,0%.



Gambar 4.2. Faktor Intrinsik

Untuk mengetahui Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor pada Faktor Intrinsik dengan Indikator minat siswa tentang Pencak Silat Setelah data diperoleh, diskor, dan dianalisis dengan bantuan *software Microsoft Excel 2010*, diperoleh nilai rata-rata (mean) = 12,75; standar deviasi = 1,43.

Tabel 4.4 Indikator Rasa Tertarik / Senang

NO	kelas interval			Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	15	-	Ke atas	20	33,3	Sangat Baik
2	13	-	14	16	26,7	Baik
3	12	-	12	21	35,0	Cukup
4	11	-	11	0	0,0	Kurang
5	Ke Bawah	-	10	3	5,0	Sangat Kurang
jumlah				60	100	

Dari hasil penelitian tersebut indikator minat. Diketahui yang menyatakan pada kategori “sangat baik” dengan persentase 33,3%, pada kategori “baik” dengan persentase 26,7%, pada kategori “cukup” dengan persentase 35,0%, pada kategori “kurang” dengan persentase 0%, dan pada kategori “sangat kurang” dengan persentase 5,0%.



Gambar 4.3. Indikator Rasa Tertarik

Untuk mengetahui Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor pada Faktor Intrinsik dengan Indikator Diri Sendiri setelah data diperoleh, diskor, dan dianalisis dengan bantuan *software Microsoft Excel 2010*, diperoleh nilai rata-rata (mean) = 13,89; standar deviasi = 2,19.

Tabel 4.5 Indikator Diri Sendiri

NO	kelas interval			Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	17	-	Ke atas	20	33,3	Sangat Baik
2	15	-	16	15	25,0	Baik
3	13	-	14	22	36,7	Cukup
4	11	-	12	0	0,0	Kurang
5	Ke Bawah	-	10	3	5,0	Sangat Kurang
jumlah				60	100	

Dari hasil penelitian tersebut Indikator percaya diri. diketahui yang menyatakan pada kategori “sangat baik” dengan persentase 33,3%, pada kategori “baik” dengan persentase 25,0%, pada kategori “cukup” dengan persentase 36,7%, pada kategori “kurang” dengan persentase 0%, dan pada kategori “sangat kurang” dengan persentase 5,0%.



Gambar 4.4. Indikator Diri Sendiri

Untuk mengetahui Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor pada Faktor Ektrinsik. Setelah data diperoleh, diskor, dan dianalisis dengan bantuan *software Microsoft Excel 2010*, diperoleh nilai rata-rata (mean) = 24,25; standar deviasi = 5,40.

Tabel 4.6 Faktor Ektrinsik



NO	kelas interval			Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	32	-	Ke atas	16	26,7	Sangat Baik
2	27	-	31	24	40,0	Baik
3	22	-	26	20	33,3	Cukup
4	16	-	21	0	0,0	Kurang
5	Ke Bawah	-	15	0	0,0	Sangat Kurang
jumlah				60	100	

Dari hasil penelitian tersebut Faktor Ektrinsik. diketahui yang menyatakan pada kategori “sangat baik” dengan persentase 26,7%, pada kategori “baik” dengan persentase 40,0%, pada kategori “cukup” dengan persentase 33,3%, pada kategori “kurang” dengan persentase 0%, dan pada kategori “kurang sekali” dengan persentase 0%.



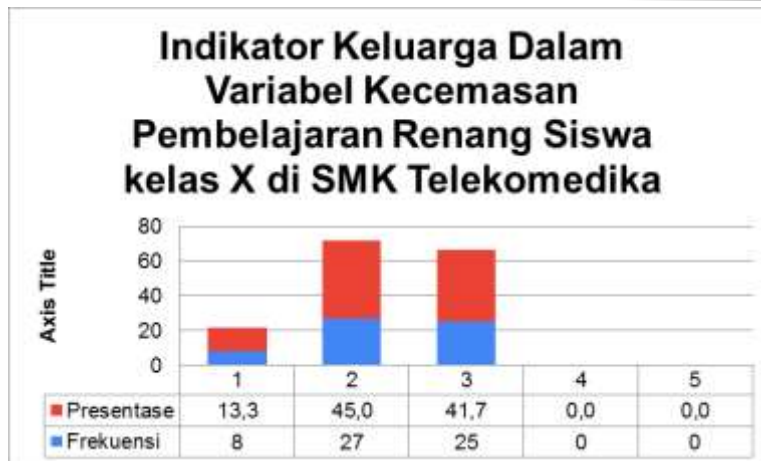
Gambar 4.6 Faktor Ektrinsik

Untuk mengetahui Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor pada Faktor Ektrinsik dengan Indikator Keluarga. Setelah data diperoleh, diskor, dan dianalisis dengan bantuan *software Microsoft Excel 2010*, diperoleh nilai rata-rata (mean) = 11,75; standar deviasi = 2,31.

Tabel 4.7 Indikator Keluarga

NO	kelas interval			Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	15	-	Ke atas	8	13,3	Sangat Baik
2	13	-	14	27	45,0	Baik
3	11	-	12	25	41,7	Cukup
4	8	-	10	0	0,0	Kurang
5	Ke Bawah	-	7	0	0,0	Sangat Kurang
jumlah				60	100	

Dari hasil penelitian tersebut Faktor Eksternal Indikator Keluarga. diketahui yang menyatakan pada kategori “sangat baik” dengan persentase 13,3%, pada kategori “baik” dengan persentase 45,0%, pada kategori “cukup” dengan persentase 41,7%, pada kategori “kurang” dengan persentase 0%, dan pada kategori “sangat kurang” dengan persentase 0%.

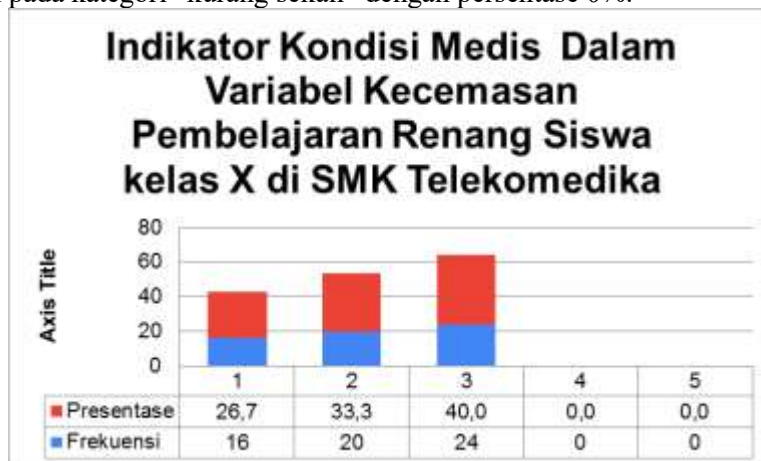


Untuk mengetahui Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor pada Faktor Eksternal dengan Indikator Kondisi Medis. Setelah data diperoleh, diskor, dan dianalisis dengan bantuan *software Microsoft Excel 2010*, diperoleh nilai rata-rata (mean) = . 12,50; standar deviasi = 3,30.

Tabel 4.8 Indikator Kondisi Medis

NO	kelas interval			Frekuensi	Presentase	Kriteria
1	17	-	Ke atas	16	26,7	Sangat Baik
2	14	-	16	20	33,3	Baik
3	11	-	13	24	40,0	Cukup
4	8	-	10	0	0,0	Kurang
5	Ke Bawah	-	7	0	0,0	Sangat Kurang
jumlah				60	100	

Dari hasil penelitian tersebut Faktor Kebutuhan Siswa dengan Indikator Keterampilan. diketahui yang menyatakan pada kategori “sangat baik” dengan persentase 26,7%, pada kategori “baik” dengan persentase 33,3%, pada kategori “cukup” dengan persentase 40,0%, pada kategori “kurang” dengan persentase 0%, dan pada kategori “kurang sekali” dengan persentase 0%.



Gambar 4.8 Indikator Kondisi Medis

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh aspek Kecemasan Siswa Kelas X Terhadap Pembelajaran Renang di SMK Telekomedika Kota Bogor menyatakan persentase terdapat 16 orang pada kategori “sangat baik” dengan persentase 26,7%, pada kategori “baik” dengan persentasi 40,0%, pada kategori “cukup” dengan persentase 33,3%, pada kategori “kurang” dengan persentase 0%, dan pada kategori “kurang baik” dengan persentase 0%. Hasil itu menunjukkan bahwa kecemasan yang dimiliki oleh siswa kelas X SMK Telekomedika sudah baik.

Aspek mental yang dimiliki oleh setiap siswa dibagi menjadi dua faktor, faktor instrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor instrinsik dibagi menjadi 2 indikator diantaranya: Rasa Tertarik, Diri Sendiri.



Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan rasa tertarik siswa terhadap pembelajaran renang dalam kategori “cukup” dengan persentase 35,0%. Faktor yang kedua yaitu diri sendiri dimana faktor ini juga dapat berpengaruh sangat besar dalam pembelajaran, berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan siswa pada saat pembelajaran terdapat dalam kategori “cukup” dengan persentase 36,7%.

Kemudian dalam faktor eksternal yang dibagi menjadi 2 indikator antaranya : faktor keluarga dan kondisi medis. Faktor yang dibutuhkan oleh siswa pada saat pembelajaran. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan indikator keluarga siswa dalam kategori “ baik” dengan persentase 45,0%. Kemudian faktor yang kedua faktor kondisi medis berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tingkat kondisi medis siswa dalam kategori “cukup” dengan persentase 40,0%. Dari hasil penelitian dengan persentase faktor eksternal menunjukkan pada kategori “baik” yang dapat disimpulkan bahwa kecemasan siswa pada saat pembelajaran tidak mengalami kecemasan yang berlebih karena adanya faktor yang mempengaruhi seperti Rasa Tertarik, Diri Sendiri, Keluarga dan Kondisi Medis.

SIMPULAN

Simpulan ditulis dengan font Times New Roman 11 serta merupakan kesimpulan yang mengacu pada tujuan. Proporsi di dalam simpulan berisikan maksimal 10%

DAFTAR PUSTAKA

- Herlika, L. A., PUTRA, R. P., & BEKTI, R. A. (2020). *PERBANDINGAN STROKE RATE (SR) DAN DISTANCE PER STROKE (DPS) NOMOR 50 METER GAYA BEBAS ATLET RENANG PUTRA GARUDA AQUATIC SWIMMING CLUB KABUPATEN KEDIRI* (Doctoral dissertation, Universitas Nusantara PGRI Kediri).
- Izzuddin, D. A., & Gemael, Q. A. (2020). Model Latihan Dayung Berbasis Modifikasi Alat Untuk Atlet Pemula. *Sporta Saintika*, 5(1), 21-30.
- Izzuddin, D. A., Gemael, Q. A., & Fauzi, S. (2020). HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI SISWA DENGAN KETERAMPILAN PASSING DALAM PEMBELAJARAN SEPAK BOLA KELAS VII DI SMPN 1 PURWASARI. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 3(1), 7-12.
- Sari, Nur Inda. 2018. *Profil Keterlaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Sekolah Menengah Pertama Negeri dan Swasta SeKecamatan Grabagan Kabupaten Tuban Tahun 2017*. Simki-Techsain Vol. 02 No. 02 Hal. 1-8. Tersedia Pada : http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2018/09aa2e90fc9324c751588eb20cc2e0bb.pdf.
- Sarlito Wirawan Sarwono. (2012). Pengantar Psikologi Umum. Jakarta: Rajawali Pers
- Sugiyono (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Triantoro Safaria & Nofrans Eka Saputra. (2012). *Manajemen Emosi: Sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara.