

IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN ANALISIS DAN SINTESIS DALAM BELAJAR RENANG GAYA DADA

Akhmad Sobarna

PJKR-STKIP Pasundan Cimahi

akhmadsobarna9@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran analisis dan sintesis terhadap kemampuan hasil belajar renang gaya dada. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen, dengan desain *random group pretest posttest design*. Populasi penelitiannya adalah siswa kelas XII IPS I dan Kelas XI IPS II yang berjumlah 64 siswa. Sampel penelitiannya berjumlah 30 orang dengan menggunakan teknik *purposive random sampling*. Instrumen yang digunakan berupa tes proses gerakan hasil belajar renang gaya dada. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Model pembelajaran analisis memberikan pengaruh secara signifikan terhadap hasil belajar renang gaya dada; 2) Model pembelajaran sintesis memberikan pengaruh secara signifikan terhadap kemampuan hasil belajar renang gaya dada; 3) Model pembelajaran analisis lebih memberikan pengaruh secara signifikan daripada model pembelajaran sintesis terhadap hasil belajar renang gaya dada.

Kata Kunci : Pembelajaran Analisis dan Sintesis, Renang Gaya Dada

ABSTRACT

The purpose of this research is to know the effect of learning model and synthesis on ability of chest learning result. The research method used is experiment, with design of random group pretest posttest. The population of the research is the students of class XII IPS I and Class XI IPS II with experience of 64 students. The sample of the research invites 30 people by using purposive random sampling technique. Instruments used to process chest-learning results. The results showed that: 1) The learning model gave significant results to the learning outcomes of breaststroke; 2) The learning model is very significant to the ability of chest learning outcomes; 3) The learning model of analysis is more significantly influenced from the stimuli learning model to the learning outcomes of breaststroke.

Keywords: *Learning Analysis and Synthesis, Swimming Chest Style*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani diartikan dengan berbagai ungkapan dan kalimat. Namun esensinya sama, yang jika disimpulkan bermakna jelas, bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Dalam kaitan ini diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional pun turut dikembangkan, bahkan dengan penekanan yang cukup dalam. Berbeda dengan bidang lain. Misalnya

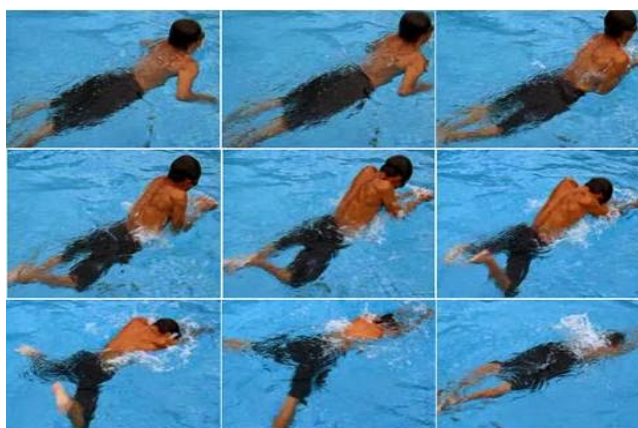
pendidikan moral, yang penekanannya benar-benar pada perkembangan moral, tetapi aspek fisik tidak turut dikembangkan, baik langsung maupun secara tidak langsung.

Banyak materi yang terdapat dalam pelajaran pendidikan jasmani, salah satunya adalah materi akuatik atau aktivitas air (renang). Renang merupakan aktivitas yang dilakukan di dalam air dengan menggunakan teknik-teknik tertentu. Dalam materi renang juga terdapat beberapa macam gaya, diantaranya adalah gaya bebas, gaya punggung, gaya dada dan gaya kupu. Pembelajaran renang ini harus diberikan dan dipahami betul oleh siswa, sehingga siswa mampu melakukan gerakan renang dengan baik.

Renang gaya dada merupakan salah satu teknik yang dirasakan paling mudah untuk dipelajari daripada gaya lainnya. Renang gaya dada adalah suatu gaya renang yang sejak dimulainya dayungan lengan yang pertama sesudah *start* dan pembalikan badan harus tetapmenelungkup dan kedua bahu segaris dengan permukaan air, kedua gerakan lengan dan kedua tungkai selamanya harus serempak dalam bidang horisontal yang sama tanpa gerakan yang bergantian.

Dalam hal ini Maulana (2007:66) mengatakan bahwa: “Renang gaya dada moderen adalah renang gaya dada yang mengikuti hukum Bernoulli dan berdasarkan teori baling-baling (propeller) serta berkonotasi teori tekanan berputar”. Sedangkan David G. Thomas (2006:141) mengatakan “Renang gaya dada adalah gaya yang mudah dan nyaman untuk dilakukan. Jika dilakukan dengan benar, gaya dada memerlukan pernapasan yang teratur dengan wajah terbenam pada waktu meluncur.

David Haller (2010:16) renang gaya dada adalah gaya yang pertama-tama dipelajari oleh orang-orang pada waktu mereka mulai belajar renang. Teknik gaya dada seperti gaya renang yang lain terdiri dari beberapa gerakan, yaitu: *start*, posisi tubuh, gerakan lengan (sapuan luar dan sapuan dalam), gerakan tungkai, pengambilan nafas, dan koordinasi antara gerakan lengan, gerakan tungkai dan gerakan pengambilan nafas. Berikut adalah rangkaian gerakan renang gaya dada:



Gambar 1. Rangkaian Gerakan Renang Gaya Dada

Akan tetapi tidak jarang juga masih banyak siswa yang susah dan kurang memahami mengenai gerakan renang gaya dada. Ini merupakan salah satu permasalahan yang harus segera diatasi oleh para guru pendidikan jasmani khususnya. Guru harus mampu memberikan pembelajaran yang sekiranya dapat membuat siswanya lebih cepat

memahami materi yang diberikan, sehingga para siswa akan lebih cepat mampu untuk melakukan gerakan yang sedang dipelajarinya.

Salah satu alternatif pemecahan masalahnya adalah dengan menerapkan model pembelajaran yang sesuai dengan kondisi siswa. Hal ini dikarenakan dengan penerapan model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa, membuat proses belajar mengajar lebih jelas arah dan tujuannya. Model pembelajaran adalah sebuah rancangan pembelajaran yang disusun oleh guru, guna terciptanya suasana belajar mengajar yang diinginkan. Menurut Juliantine *et al.* (2013:10) “Suatu model pembelajaran meliputi keseluruhan sistem pembelajaran yang mencakup komponen tujuan, kondisi pembelajaran, proses belajar-mengajar, dan evaluasi hasil pembelajaran. Sedangkan Arend dalam Suprijono (2010:46) mengemukakan “model pembelajaran mengacu pada pendekatan yang akan digunakan, termasuk didalamnya tujuan pembelajaran, tahap kegiatan pembelajaran, lingkungan pembelajaran, dan pengelolaan kelas”. Pada penelitian ini penulis akan mencoba menerapkan atau mengimplementasikan model pembelajaran analisis dan sintesis dalam pembelajaran renang gaya dada.

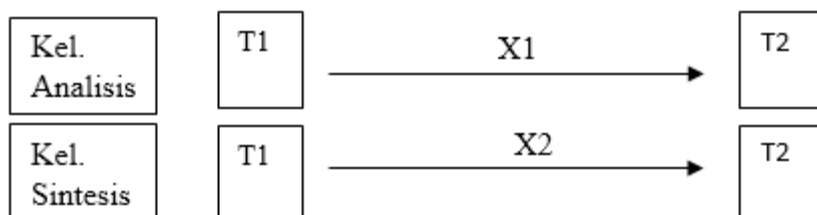
Mustaqim (2004:36) mengatakan “Model pembelajaran analisis adalah upaya untuk memisahkan satu kesatuan menjadi unsur atau bagian sehingga jelas hierarkinya/eksplisit unsurnya”. Sementara Harjanto (2005:60) mengatakan pembelajaran tipe analisis adalah kemampuan untuk memisahkan bagian yang terpisah guna menguraikan hubungan antar bagian.

Adapun langkah-langkah penggunaan model pembelajaran analisis sebagai berikut: (1) Memilih dan menelaah konsep-konsep yang akan diajarkan. Dalam tahap ini, guru merencanakan dan memilih konsep-konsep yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan disampaikan sesuai dengan kemampuan dan tingkat perkembangan siswa. (2) Memilih, mengembangkan, dan menggunakan strategi-strategi yang tepat sesuai dengan materi yang akan diajarkan guru. Dalam tahap ini guru mencari dan menggunakan strategi dalam kegiatan belajar mengajar, agar memperoleh indikator yang diharapkan sesuai dengan materi yang sudah disiapkan oleh guru pada sebelumnya. (3) Memilih, mengembangkan, dan menggunakan prosedur penilaian yang tepat. Pada langkah ini guru dapat memilih dan menentukan sebuah penilaian sebagai bahan evaluasi terhadap hasil pencapaian siswa dan menganalisis keefektifan penggunaan model ini terhadap tujuan pembelajaran yang diharapkan dapat terlaksana dengan baik atau tidak.

Selanjutnya adalah model pembelajaran sintesis, yang merupakan kebalikan dari tipe analisis. Mustaqim (2004:37) mengatakan “Tipe pembelajaran sintesis adalah menyatukan unsur atau bagian menjadi bentuk menyeluruh”. Sedangkan Harjanto (2005:60) mengatakan tipe pembelajaran sintesis adalah kemampuan untuk mempersatukan bagian yang terpisah untuk membangun suatu keseluruhan yang utuh. Adapun langkah-langkah penggunaan model pembelajaran Sintesis sebagai berikut: (1) Membuat informasi, misalnya mengemukakan suatu gagasan atau ide atau mengemukakan pengalamannya atau mengemukakan perasaannya. (2) Membuat rencana; misalnya membuat program latihan fisik, membuat rencana pelajaran. (3) Membuat temuan tentang hubungan yang bersifat abstrak, misalnya mengklasifikasikan dan menjelaskan suatu fakta atau fenomena tertentu.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Sugiyono (2013:107) mengatakan penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Pemberian perlakuan pada penelitian ini sebanyak 16 kali pertemuan. Desain penelitian yang digunakan adalah *random group pretest and posttest*.



Gambar 2. Desain Penelitian

Keterangan:

- T1 : Tes awal keterampilan renang gaya dada
- T2 : Tes Akhir keterampilan renang gaya dada
- X1 : Perlakuan model pembelajaran analisis
- X2 : Perlakuan model pembelajaran sintesis

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 74 orang, sedangkan sampelnya berjumlah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah berupa tes keterampilan renang gaya dada. Teknik analisis data yang ditempuh berupa : 1) Melakukan perhitungan rata-rata dan simpangan baku dari hasil tes; 2) Melakukan pengujian persyaratan analisis berupa uji normalitas dan homogenitas; 3) Menguji hipotesis berupa uji kebermaknaan dua pihak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata dan Simpangan Baku

Hasil perhitungan nilai rata-rata dan simpangan baku dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1.
Hasil perhitungan Rata-rata dan Simpangan baku

Kelompok	Periode Tes	Rata-Rata	Simpangan Baku
Kelompok A	Tes awal	6.26	1.09
	Tes akhir	8.13	0.81
Kelompok B	Tes awal	6.33	1.18
	Tes akhir	8.06	0.96

Hasil Uji Normalitas dan Homogenitas

Berikut adalah hasil pengujian normalitasnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 2.
Hasil Perhitungan Uji Normalitas
Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok A dan Kelompok B

Kelompok	Periode Tes	Lo Hitung	L Daftar 0.05 : 15	Hasil
Kelompok A	Tes awal	0.19	0.220	Normal
	Tes akhir	0.16	0.220	Normal
Kelompok B	Tes awal	0.21	0.220	Normal
	Tes akhir	0.19	0.220	Normal

Sedangkan hasil dari pengujian homogenitasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.
Perhitungan varians Dan Uji Homogenitas Hasil Pembelajaran
Kelompok A Dan Kelompok B

Kelompok	Varians	F-hitung	F-tabel	Kesimpulan
Kelompok A	1.4095	1.46	3.85	Homogen
Kelompok B	0.9238	1.50	3.85	Homogen

Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis menggunakan uji perbedaan dua rata-rata, tujuannya adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh model pembelajaran analisis dan model pembelajaran sintesis terhadap keterampilan renang gaya dada. Berikut hasil perhitungannya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.
Perhitungan Uji Signifikasi Kelompok A Dan Kelompk B

Kelompok	Perioden Tes	Rata-rata (X)	Simpangan Baku (S)	T Hitung (B)	T Tabel 0.05 (28)	Hasil
A	Tes Awal	6.26	1.09	2.16	2.04	Signifikan
	Tes Akhir	8.13	0.81			
B	Tes Awal	6.33	1.18	2.04	2.04	Signifikan
	Tes Akhir	8.06	0.96			

Kriteria Pengujian

Tolak hipotesis nol (H_0), jika t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} ($t_{hitung} > t_{tabel}$) dengan $(1-\alpha)$; dk $n-1$ atau terima H_0 , jika t_{hitung} lebih kecil dari pada t_{tabel} ($t_{hitung} < t_{tabel}$) dengan $(1-\alpha)$; dk $n-1$. Atau dengan kata lain bila t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} maka hipotesis alternatif diterima dan bila t_{hitung} lebih kecil dari pada t_{tabel} maka alternatif hipotesis ditolak.

Dari hasil perhitungan dan analisis data berdasarkan tabel di atas :

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa t_{hitung} kelompok A yaitu penggunaan pembelajaran analisis sebesar 2.16 berada di luar daerah t_{tabel} pada tingkat kepercayaan 0.95% dan derajat kebebasan 15 yaitu 2.13, maka dengan demikian yaitu penggunaan metode pembelajaran analisis memberikan pengaruh signifikan.

Tabel 5.
Hasil perhitungan Uji signifikansi Perbedaan hasil Keterampilan Renang
Kelompok A Dan Kelompok B

Kelompok	Rata-rata (X)	Simpangan Baku (S)	T Hitung (B)	T Tabel 0.95 (28)	Hasil
A	9.86	3.09	2.16	2.04	Signifikan
B	9.13	3.48			

Dari hasil perhitungan terlihat bahwa perbedaan rata-rata antara tes awal dan tes akhir terjadi secara signifikan terhadap kelompok A (penggunaan model pembelajaran analisis) 19.86 di bandingkan dengan rata-rata kelompok B (penggunaan model pembelajaran sintesis) 19.13 terhadap kemampuan hasil belajar renang gaya dada di SMA Darul Falah. Hasil perhitungannya t perbandingan perbedaan dua hasil keterampilan 3.48 lebih besar dari t_{tabel} 3.09. Dengan demikian kita bisa menolak hipotesis yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan hasil antara model pembelajaran analisis dan model pembelajaran sintesis (hipotesis nol) dan menerima hipotesis yang menyatakan bahwa model pembelajaran analisis memberikan hasil yang signifikan di bandingkan dengan model pembelajaran sintesis.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa, (1) Terdapat pengaruh yang signifikan model pembelajaran analisis terhadap keterampilan renang gaya dada. (2) Terdapat pengaruh yang signifikan model pembelajaran sintesis terhadap keterampilan renang gaya dada. (3) Model pembelajaran analisis lebih memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan renang gaya dada.

DAFTAR PUSTAKA

- Haller, David. (2010). *Belajar Berenang*. Bandung: Pioner Jaya.
Harjanto. (2005). *Perencanaan Pengajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Juliantine, et al. (2013). *Model-Model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang Warliartika.
- Maulana. (2007). *Renang: Langkah-Langkah Renang Gaya Dada*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Mustaqim. (2004). *Psikologi Pendidikan*. IAIN Walisongo Semarang: Pustaka Pelajar Offset.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suprijono. (2010). *Menciptakan Pembelajaran yang Kreatif*. Bandung: Rineka Cipta.
- Thomas, David G. (2009). *Renang Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.