



**PENGARUH GAYA MENGAJAR DEMONSTRASI TERHADAP KEMAMPUAN  
RENANG GAYA PUNGGUNG**

<sup>1</sup>Nicky S Tendean, <sup>2</sup>Fredrik A Makadada, <sup>3</sup>Mieke Mumekh

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Email: <sup>1</sup>[tendean090@gmail.com](mailto:tendean090@gmail.com), <sup>2</sup>[alfredsmakadada@gmail.com](mailto:alfredsmakadada@gmail.com), <sup>3</sup>[miekemumekh1963@gmail.com](mailto:miekemumekh1963@gmail.com)

Article Received; 15 Juli 2021; Accepted: 3 Agustus 2021; Published: 30 Juni 2022

**Abstrak**

Masalah yang ditemukan dalam penelitian ini adalah banyak peserta didik pada Saat materi renang tidak berminat bahkan banyak yang takut untuk mengikuti materi. Banyak hal yang menyebabkan sehingga permasalahan ini muncul seperti, pemilihan metode dari seorang guru yang kurang tepat sehingga para siswa takut untuk mengikuti kegiatan pembelajaran renang. Oleh sebab itu masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan pada: Apakah terdapat pengaruh metode mengajar demonstrasi terhadap kemampuan renang pada Mahasiswa Jurusan PKL FIK Unima. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen berupa metode mengajar demonstrasi. Dengan hasil analisis penelitian menggunakan uji t observasi dan uji table yang didapat dari derajat kebebasan yaitu  $12+12-2 = 22$  dengan taraf kesalahan 5% maka dapat disimpulkan bahwa penelitian tentang Metode mengajar demonstrasi diberikan selama delapan minggu dengan frekuensi tiga kali seminggu dapat meningkatkan kemampuan renang gaya punggung pada Mahasiswa Jurusan PKL FIK Unima.

**Kata Kunci: Metode Mengajar Demonstrasi, Renang Gaya Punggung**

***THE EFFECT OF DEMONSTRATION TEACHING STYLE ON BACKSTYLE  
SWIMMING ABILITY***

***Abstract***

*The issue found in this investigation was that numerous understudies at the hour of swimming were not intrigued and surprisingly many were hesitant to follow the material. There are numerous things that cause this issue to emerge, for example, picking some unacceptable technique from an educator so understudies are reluctant to partake in swimming learning exercises. Along these lines, the issue in this investigation can be formed in: Is there an impact of exhibition showing techniques on swimming abilities in PKL FIK Unima understudies? The exploration technique utilized is an exploratory strategy as an exhibit instructing technique. With the aftereffects of the examination investigation utilizing the perception t test and table test got from the levels of opportunity, specifically  $12 + 12-2 = 22$  with a blunder pace of 5%, it very well may be inferred that exploration on exhibit showing techniques allowed for about two months with a recurrence of three times each week can work on understudies' capacities. backstroke swimming for understudies of the PKL FIK Unima Department.*

***Keywords: Demonstration Teaching Method, Backstroke Swimming***

## Pendahuluan

Kurikulum pendidikan jasmani disekolah dilakukan melalui berbagai kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan, keterampilan, dan pertumbuhan baik pada bidang kognitif, afektif, dan psikomotor. Untuk mencapai tujuan yang diinginkan yaitu dengan menggunakan metode mengajar yang sesuai dengan tingkat usia dan lingkungan.

Proses belajar mengajar di katakan berhasil bila ada perubahan pada diri peserta didik. Perubahan tingkah laku menyangkut pengetahuan, sikap, dan keterampilan juga dalam proses belajar mengajar peserta didik harus menunjukkan kegairahan belajar yang tinggi, semangat kerja yang besar dan percaya diri yang tinggi.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, sosial) dan pembiasaan pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang.

Dalam proses belajar mengajar, guru pendidikan jasmani diharapkan dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dasar, strategi permainan olahraga, nilai-nilai yang harus diterapkan di dalam olahraga (sportivitas, jujur, kerja sama), serta pembiasaan pola hidup sehat.

Fakta dilapangan yang sering terjadi yaitu proses belajar mengajar pendidikan jasmani di sekolah hasilnya sering tidak optimal. Hal ini salah satu penyebabnya adalah kurang kompetennya guru pendidikan jasmani dalam memilih dan menentukan metode pengajaran yang sesuai dengan materi pembelajaran, sehingga tidak jarang proses pembelajaran berlangsung dengan suasana membosankan serta tidak menarik. Faktor lain yang mempengaruhi proses belajar mengajar menjadi kurang optimal yaitu kemampuan gerak siswa yang rendah. Hal ini dapat mempengaruhi tujuan pembelajaran tidak tercapai.

Kemampuan seorang guru atau dosen dalam melaksanakan tugas dan perannya dalam proses pembelajaran lebih khusus pada permainan Renang adalah menentukan dan memilih gaya pembelajaran yang tepat dan efektif agar siswa dapat mengerti dan memahami materi pembelajaran yang disajikan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Pada saat proses pembelajaran diharapkan seorang guru dapat menciptakan interaksi yang baik antara dirinya dengan siswa dan antara siswa dengan siswa secara maksimal, hal ini sangat penting untuk menghidupkan suasana dalam belajar. Guru berperan sebagai pengelola proses pembelajaran, bertindak selaku fasilitator sehingga memungkinkan terjadinya proses pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran khususnya pembelajaran renang banyak gaya atau metode mengajar yang sering dipakai oleh seorang guru maupun dosen. Salah satu metode mengajar yang sering dipakai oleh guru dalam melaksanakan proses pembelajaran khususnya pembelajaran atau materi renang adalah metode demonstrasi. Memamng dari semua gaya atau metode mengajar yang di ciptakan oleh para pakar pendidikan masing-masing mempunyai kelebihan serta kekurangan. Untuk itu seorang guru inapun dosen harus tepat memilih suatu metode pembelajaran yang akan dipakai atau digunakan agar supaya tujuan dari pada pembelajaran akan tercapai. Hal penting yang harus diingat bahwa dalam memilih suatu metode pembelajaran yaitu seorang guru ataupun dosen harus berpatokan pada tahap perkembangan serta pertumbuhan dari pada anak atau mahasiswa.

Dalam pembelajaran pendidikan Jasmani yang meliputi kegiatan teori dan praktek maka salah satu metode yang sering dipakai dalam prose pembelajaran adalah metode demonstrasi. Metode demonstrasi adalah metode mengajar yang menggunakan peragaan Untuk memperjelas suatu pengertian atau untuk memperlihatkan bagaimana melakukan sesuatu

kepada anak didik atau cara guru dalam mengajar dengan memperagakan dan mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi, kejadian, urutan melakukan suatu kegiatan atau benda tertentu yang sedang dipelajari baik dalam bentuk yang sebenarnya maupun tiruan melalui penggunaan berbagai macam media yang relevan dengan pokok bahasan untuk memudahkan siswa agar kreatif dalam memahami materi. Dengan demikian maka dapat dikatakan bahwa metode demonstrasi dapat membantu siswa dalam mengatasi kesulitan belajar dan pemahaman pelajaran yang diajarkan oleh guru. Salah satu mata pelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di semua tingkat pendidikan adalah materi atau pelajaran renang. Namun permasalahan yang sering dijumpai dilapangan bahwa banyak siswa bahkan mahasiswa yang pada Saat materi renang tidak berminat bahkan banyak yang takut untuk mengikuti materi. Banyak hal yang menyebabkan sehingga permasalahan ini muncul seperti, pemilihan metode dari seorang guru yang kurang tepat sehingga para siswa takut untuk mengikuti kegiatan pembelajaran renang. Padahal renang selain menyenangkan juga menyehatkan badan. Renang juga dapat meningkatkan perkembangan dan pertumbuhan anak secara optimal.

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan telah dipaparkan maka dalam penelitian ini penulis akan meneliti mengenai gaya mengajar yang dapat meningkatkan kemampuan renang yaitu pengaruh gaya mengajar demonstrasi terhadap kemampuan renang gaya punggung pada Mahasiswa Semester II Jurusan Pendidikan Keperawatan FIK UNIMA tahun 2019.

### Metode Penelitian

Metode yang dipakai pada saat melakukan penelitian ialah metode eksperimen menggunakan instrument tes kemampuan renang gaya punggung dengan populasi dan sampel seluruh mahasiswa putra jurusan PKL FIK Unima sebanyak 20 orang yang dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control dengan menggunakan rancangan *Randomized control groups pre-test and post-test design*. Dalam pelaksanaan pengambilan data teste berada di dalam kolam menghadap dinding kolam, pada saat mendengar aba-aba setiap teste langsung start dan berenang menggunakan gaya punggung dengan gerakan yang sempurna dan hasilnya dapat di lihat dari kecepatan yang di capai teste pada jarak 20 meter. Penelitian ini dilaksanakan di Kolam Renang Tondano. Waktu penelitian selama empat minggu dengan frekuensi latihan tiga kali pertemuan perminggu sedangkan untuk analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji t dengan signifikan  $\alpha = 0,05$  dengan rumus sebagai berikut :

$$t = \frac{X_1 - X_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

Dimana: 
$$S^2 = \frac{(n_1-1)s_1^2 + (n_2-1)s_2^2}{(n_1+n_2-2)}$$

### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data penelitian untuk skor uji homogenitas dari kedua sampel adalah 1,21, sedangkan F tabel nilai kritis distribusi F pada  $\alpha; 0,05$  dengan diketahui pembilang 10 dan penyebut 9 diperoleh nilai  $F_t = 3,13$ . Sehingga Berdasarkan kriteria pengujian, jika  $F_o \leq F_t$  maka  $H_o$  diterima. Karena hasil perhitungan F observasi lebih kecil dari F tabel, maka varians dari kedua populasi dimana sampel penelitian diambil adalah homogen.

**Tabel 1 Hasil Test Renang Gaya Punggung Kedua Kelompok**

No	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	T1	T2	Selisih	T1	T2	Selisih
1	18,63	18,54	0,09	20,70	20,64	0,06
2	20,48	20,38	0,10	20,24	20,21	0,03
3	23,75	23,63	0,12	19,30	19,25	0,05
4	19,48	19,34	0,14	23,65	23,68	-0,03
5	20,97	20,82	0,15	24,24	24,24	0
6	25,04	24,89	0,15	19,25	19,21	0,04
7	21,51	20,31	0,20	20,45	20,43	0,02
8	23,06	22,96	0,10	21,81	21,80	0,01
9	20,64	19,74	0,90	22,53	22,50	0,03
10	18,30	18,19	0,11	24,62	24,60	0,02

Berdasarkan tabel 1 diatas terdapat hasil dari test kemampuan renang antara kedua kelompok. Dalam hal ini hipotesa yang akan diuji dalam penelitian adalah: perbandingan antara rata-rata kemampuan renang 25 meter gaya punggung kelompok eksperimen setelah mendapat perlakuan latihan kekuatan otot lengan selama delapan minggu dengan rata-rata kemampuan renang 25 meter gaya punggung kelompok kontrol dengan kriteria pengujian Terima  $H_0$  jika:  $t_0 \leq t_t$  ( $\alpha : 0,05$  ;  $dk = n_1 + n_2 - 2$ ) dan Tolak  $H_0$  jika  $t_0 > t_t$  ( $\alpha : 0,05$  ;  $dk = n_1 + n_2 - 2$ ).

Dalam pengujian standar deviasi dari selisih data pree test dan *posttest* kedua kelompok adalah 0,34. Sedangkan dalam analisis pengujian hipotesa diperoleh tes observasi senilai 2,12 dan t tabel dari derajat kebebasan dengan taraf keyakinan  $\alpha = 0,05$  adalah 2,101 maka sesuai dengan kriteria pengujian terima  $H_0$  jika t observasi lebih kecil dari t tabel dan tolak  $H_0$  jika t observasi lebih besar dari t tabel. Oleh karena t observasi lebih besar dari t tabel maka hasil analisis menunjukkan tolak  $H_0$  dan terima  $H_a$ .

## Kesimpulan

Dilihat dari data kemampuan mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan diatas maka peneliti menyimpulkan secara kongkret bahwa benar terdapat pengaruh pada keefektifan pelaksanaan renang gaya punggung melalui penerapan gaya mengajar demonstrasi yang pelaksanaannya kurang lebih delapan minggu, dengan nilai uji akhir dengan taraf keyakinan 5% kesalahan dalam penelitian 2,12.

## Daftar Pustaka

- Aresha, S. (2020). *Buku Jago Renang*. Tangerang : PT Cemerlang
- Asri, B. (2016). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Husein, A. (2012). *Mengenal Olahraga Renang*. Jakarta : PT Balai Pustaka
- Juliantine, T. (2012). *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: FPOK Universitas Pendidikan Indonesia.
- Lipan, C., Piri, N., Pinangkaan, E. (2021). Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Hasil Belajar Chest Pass Studi Meta Analisis. *PHYSICAL: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*. 2(1): 192-199.
- Mulyanto, R. (2014). *Belaiar Dan Pembelajaran Penjas*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rosdiani. (2013). *Model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Alfabeta.
- Pitwanto. (2019). *Belajar Renang*. Yogyakarta : Deepublish CV Budi Utama.