



PENINGKATAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS

Dzihan Khilmi Ayu Firdausi
STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung
email: dzihanayu@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Desember 2017

Disetujui Desember 2017

Dipublikasikan Januari 2018

Keywords:

Hasil Belajar, Renang Gaya Bebas, media, audiovisual

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar renang gaya bebas pada mata kuliah Teori dan Praktek Renang I mahasiswa PJKR smester ganjil dengan penerapan media audiovisual pada pembelajaran renang gaya bebas. Penelitian ini menggunakan Metode Penelitian Tindakan. Sumber data penelitian adalah mahasiswa PJKR semester ganjil STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung yang mengikuti mata kuliah teori dan praktek renang I, tahun akademik 2014/2015 sebanyak 30 mahasiswa. Teknik pengumpulan data adalah observasi dan penilaian hasil belajar renang gaya bebas. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif interaktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penerapan media audiovisual pada pembelajaran renang gaya bebas dapat meningkatkan hasil belajar renang gaya bebas dari prasiklus ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II, hasil nilai rata-rata pra siklus mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 53,6 atau yang tuntas 20%, dan 80% mahasiswa yang tidak tuntas. Hasil nilai rata-rata siklus I mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 73,9 atau yang tuntas 63,3%, dan 36,7% mahasiswa yang tidak tuntas. hasil nilai rata-rata siklus II mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 81 atau yang tuntas 87%, dan 13% mahasiswa yang tidak tuntas. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan penerapan pembelajaran melalui media audiovisual hasil belajar renang gaya bebas meningkat.

Abstract

This study aims to improve freestyle swimming learning outcomes in the Course I Swimming Pool Theory and Practice course of odd smokers with the application of audiovisual media to freestyle swimming learning. This study uses the Action Research Method. The source of the research data is the odd semester PJKR students of STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung who participated in swimming theory and practice courses I, 2014/2015 academic year as many as 30 students. Data collection techniques are observation and assessment of learning outcomes of freestyle swimming. The data analysis technique used in this study is

descriptive interactive. The results of the study show that through the application of audiovisual media on freestyle swimming learning can improve freestyle swimming learning outcomes from pre-cycle to cycle I and from cycle I to cycle II, the average score results pre-cycle of students in freestyle swimming learning is 53.6 or completed 20%, and 80% of students who do not complete. The results of the average value of the first cycle of students in freestyle swimming learning were 73.9 or completed 63.3%, and 36.7% of students who did not complete. the results of the average value of the second cycle of students in freestyle swimming learning were 81 or completed 87%, and 13% of students who did not complete. Based on the results of the study it can be concluded that by applying learning through audiovisual media the learning outcomes of freestyle swimming increased.

© 2019 Dzihan Khilmi Ayu Firdaus
Under the license CC BY-SA 4.0

✉ Alamat korespondensi:

ISSN 2443-1117 (cetak)

E-mail : dzihanayu@gmail.com

No Handphone : 081322424899

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Seperti dikemukakan oleh Sukintaka bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan, jadi apa yang dapat dicapai oleh pendidikan jasmani harus dapat membantu mengembangkan pribadi anak sesuai dengan tujuan pendidikan, karena pada hakikatnya pendidikan berusaha untuk memberikan kesempatan berkembangnya semua aspek pribadi anak atau manusia sehingga tujuan pendidikan harus berdasar pada ranah (domain) pendidikan atau aspek pribadi manusia (Harsuki, 2003 : 6).

Program studi pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi adalah program studi yang mencetak tenaga kerja pengajar pendidikan jasmani. Dalam berbagai mata kuliah yang ditempuh secara garis besar melahirkan pengajar profesional yang akan memberikan kontribusi besar untuk pendidikan di Indonesia dan hasil akhir dari program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi adalah calon guru pendidikan jasmani di sekolah menengah yang memiliki kemampuan di bidang akademik dan profesi yang handal.

Keberhasilan dalam suatu pembelajaran ditentukan oleh beberapa faktor antara lain lain, mahasiswa, dosen, metode pembelajaran, sarana dan prasarana, lingkungan, dan suasana

pembelajaran. Pembelajaran mata kuliah teori dan praktek renang pun tidak terlepas dari faktor-faktor tersebut dalam keberhasilan pembelajarannya, kesungguhan dan partisipasi mahasiswa sangat diperlukan agar berhasil dalam menempuh mata kuliah ini, peran dosen juga berpengaruh terhadap keberhasilan mata kuliah ini dalam hal menyampaikan materi, metode pembelajaran, dan memfasilitasi mahasiswa. Banyak hambatan yang dialami oleh para mahasiswa dalam menempuh mata kuliah ini diantaranya: rasa takut terhadap air, kedalaman, tenggelam, suasana pembelajaran yang kurang kondusif, tidak memanfaatkan media pembelajaran yang membosankan karena drilling terus menerus dan sebagainya.

Renang merupakan salah satu cabang olahraga perorangan dari kelompok olahraga aquatik dan orang yang menekuninya, secara fisiologis harus memiliki keterampilan tertentu, beberapa ahli menyatakan bahwa renang merupakan olahraga aquatik dengan gerakan utama lengan dan tungkai untuk menghasilkan tenaga dorong supaya tubuh secara keseluruhan bergerak dan meluncur maju. Gerakan maju ditentukan oleh anggota tubuh atas berupa gerakan ayunan lengan (*stroke*) dan gerakan anggota tubuh bawah berupa gerakan menendang (*kick*) dengan koordinasi yang tepat (Tritunggal, 2004: 8)

Audio visual merupakan segala sesuatu yang dapat di dengar dan dilihat dalam satu unit (Munadi, 2008:113). Media audio visual mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari khalayak sasaran (penonton). Audio visual adalah segala sesuatu yang memungkinkan sinyal audio dapat dikombinasikan dengan gambar

bergerak secara sekuensial (Daryanto, 2010:88).

Kajian penelitian sebelumnya oleh Muhammad Rizal bustomi (2018: 6) dengan pemanfaatan media Audio visual kepada siswa kelas VIII SMP 3 dalam pembelajaran renang gaya dada dengan 4 x pertemuan menunjukkan dengan pemanfaatan media Audio visual berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar renang gaya dada. Media audio visual merupakan satu dari beberapa media pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru untuk menyampaikan materi pembelajaran, terutama materi renang gaya dada. Penggunaan media audio visual dalam pembelajaran, akan berdampak pada kualitas proses pembelajaran dimana setelah pemutaran video pembelajaran siswa mengaplikasikannya dalam proses gerak atau keterampilan. Dengan demikian target yang dicapainya memenuhi.

Dengan demikian peneliti menerapkan pemanfaatan media Audio visual yang akan digunakan dalam pembelajaran renang gaya bebas pada mahasiswa yang mengambil mata kuliah teori dan praktek renang I tahun 2015. Peneliti memberikan perlakuan menayangkan video pembelajaran renang gaya bebas dimulai dari streamline, gerakan lengan, gerakan tungkai, pengambilan nafas dan koordinasi. Dengan memanfaatkan Audio visual dosen mudah menyampaikan informasi teknik renang yang selama ini mahasiswa keterbatasan pandangan pada saat penyampaian materi teknik dasar renang gaya bebas didalam air.

METODE PENELITIAN

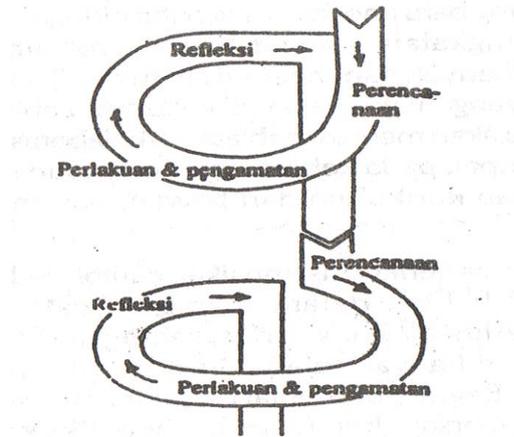
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan (Action Research). Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung yang

mengambil mata kuliah teori dan praktek Renang I tahun 2015, penelitian ini dilaksanakan di kolam renang PT Timah Pangkal pinang. Dalam penelitian ini peneliti berperan sebagai perencana, pelaksana, dan pencetus gagasan terhadap permasalahan yang dihadapi dan mencari pemecahan masalah melalui tindakan. Penerapan Audio visual menggunakan video pembelajaran yang terbagi dari dasar gerak renang menurut Tina Wijaya (2006:34) meliputi streamline, gerakan lengan, gerakan tungkai, pengambilan nafas dan koordinasi renang gaya bebas. Yang ditayangkan sebelum pelaksanaan praktik di dalam air sesuai dengan acuan SAP mata kuliah renang I.

Hal tersebut dapat dijelaskan bahwa sebuah siklus diikuti oleh penemuan yang sistematis, sebuah proses reflektif, bersifat partisipatif dan ditentukan oleh pelaksana. Penelitian ini menggunakan siklus, dimana setiap siklus mempunyai langkah-langkah yang sistematis yang terdiri dari perencanaan tindakan, pelaksanaan, observasi dan refleksi.

Penelitian tindakan ini menggunakan desain penelitian model dari Model Kemmis dan McTaggart berupa satu siklus terdiri dari 4 langkah yaitu (1) perencanaan, (2) tindakan, (3) pengamatan, (4) Refleksi. Dan diadakan revisi perencanaan pada siklus ulang jika masih diperlukan. (Burhan Efendi 2013: 33).

Gambar 1. Spiral Penelitian Tindakan Model Kemmis dan McTaggart



Perencanaan tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Peneliti dan kolabor melihat kondisi awal dari kemampuan mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas. Dapat dilakukan dengan tes awal renang gaya bebas. Hal ini dilakukan untuk mengukur kemampuan siswa dengan memberikan tes awal kemampuan renang gaya bebas.
- 2) Peneliti dan kolabor mendiskusikan hasil dari kemampuan awal siswa dalam pembelajaran renang gaya bebas.
- 3) Peneliti dan kolabor menyiapkan materi pembelajaran renang gaya bebas yang akan di berikan kepada mahasiswa.
- 4) Peneliti dan kolabor menyiapkan strategi pembelajaran.
- 5) Peneliti membuat instrumen pengamatan untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama tindakan berlangsung.

Penelitian ini menggunakan dua siklus, dimana setiap siklus mempunyai langkah-langkah seperti yang dijelaskan di atas.

➤ Perencanaan siklus pertama

Perencanaan proses pembelajaran pada siklus ini yaitu dengan memberikan model-model pembelajaran dengan memanfaatkan media audiovisual dalam memberikan materi renang gaya bebas. Kegiatan pembelajaran akan dilakukan dengan menerapkan model-model pembelajaran renang gaya bebas dirancang oleh peneliti.

➤ Perencanaan tindakan siklus kedua

Perencanaan pelaksanaan pembelajaran melalui media audio visual lebih difokuskan lagi yaitu mengenai materi renang gaya bebas dengan pembelajaran gerakan lengan dan pengambilan nafas renang gaya bebas. Pada perencanaan tahap ini pembelajaran dilakukan dengan menerapkan pembelajaran menggunakan media audio visual yang lebih mengarah materi renang gaya bebas.

a. Tindakan

Tahap pelaksanaan tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Memberikan tindakan yang telah direncanakan pada proses pembelajaran dan melakukan observasi sampai selesai pembelajaran.

- 2) Tindakan observasi akan dilakukan oleh semua tim peneliti untuk mengumpulkan data tindakan siklus pertama.
- 3) Tindakan refleksi dan evaluasi dilakukan oleh semua anggota tim peneliti, setelah memperoleh kesimpulan pada siklus pertama serta menentukan apa yang perlu diperbaiki. Setelah itu menentukan langkah yang kemudian akan dilakukan pada siklus kedua.

b. Observasi

Langkah-langkah pengamatan dan observasi yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- 1) Peneliti mengamati pelaksanaan proses pembelajaran renang gaya bebas sesuai dengan materi perkuliahan.
- 2) Peneliti melakukan pengamatan dan penilaian terhadap kemampuan renang gaya bebas.

c. Refleksi

Pada tahap ini peneliti dan kolaborator mendiskusikan pelaksanaan pembelajaran renang gaya bebas dengan hasil tindakan yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melaksanakan proses penelitian tindakan, terlebih dahulu peneliti melakukan observasi awal atau pengamatan awal terhadap pelaksanaan pembelajaran renang gaya beba yang sudah dilakukan. Hasil kajian tersebut adalah sebagai berikut:

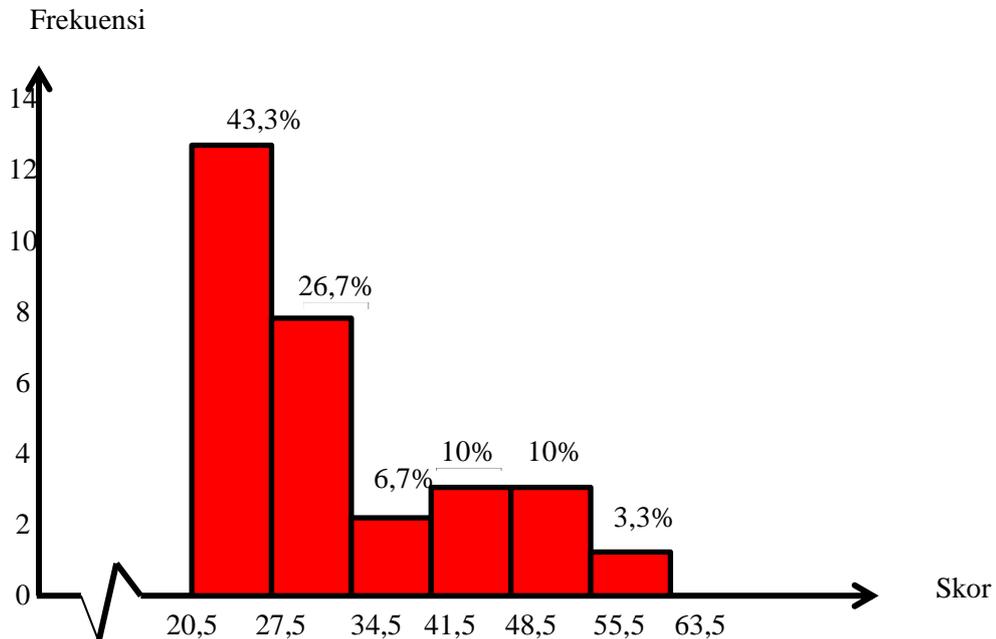
- a. Mahaiswa prodi PJKR yang mengikuti matakuliah TP Renang 1 tahun pelajaran 2014/2015, adalah 30 mahasiswa. Dilihat dari proses pembelajaran renang khususnya materi renang gaya bebas dapat dikatakan proses pembelajaran dalam kategori kurang berhasil.
- b. Mahasiswa kurang memiliki perhatian dan motivasi dalam pembelajaran

renang gaya bebas, karena pembelajaran masih menggunakan metode konvensional dan kurang menggunakan media pembelajaran yang bervariasi.

- c. Saat mengikuti perkuliahan, mahasiswa masih menunjukkan sikap seenaknya sendiri, kurang memperhatikan penjelasan dosen, kurang memperhatikan pelajaran dengan sepenuhnya, ada yang berbicara dengan teman, bahkan ada yang bermain sendiri dengan temannya.
- d. Dosen masih kesulitan menemukan contoh/model pembelajaran renang gaya bebas yang baik. Seringkali contoh/demonstrasi yang disampaikan oleh dosen melalui peragaan langsung, kurang dapat dicermati oleh mahasiswa secara baik, karena keterbatasan visual tidak bisa melihat gerakan dibawah air secara langsung.

Sebelum melaksanakan tindakan peneliti melakukan pengambilan data awal penelitian, hal ini dimaksud untuk mengetahui kemampuan awal renang gaya bebas pada mahasiswa PJKR semester genap STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung. Hasilnya adalah dapat dilihat bahwa sebelum diberikan tindakan mayoritas siswa belum menunjukkan hasil belajar yang cukup baik, dengan presentase ketercapaian sebagai berikut.

Grafik 1 Histogram Prasiklus Hasil Belajar Renang Gaya Bebas



Berikut ini adalah hasil nilai tes awal kemampuan renang gaya bebas berdasarkan kriteria KKM. Sehingga peningkatan pada hasilnya dapat di ukur dengan baik.

Tabel 1 Hasil Tes Awal Renang Gaya Bebas Berdasarkan Nilai KKM

Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
91- 100	Sangat baik	1	3,3%
81-90	Baik	3	10%
71-80	Cukup	2	6,7%
61-70	Kurang	2	6,7%
≤60	Kurang sekali	22	73,3%
Total		30	100 %

Berdasarkan tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa sebanyak 6 orang yang tuntas atau sekitar 20% dengan baras minimal 70 dari 30 orang mahasiswa. Sedangkan mahasiswa yang tidak tuntas sekitar 24 orang atau sekitar 80%.

Siklus pertama dilakukan dengan melaksanakan skenario pembelajaran yang telah direncanakan, sebagai berikut:

a. Kegiatan awal

- 1) Mengabsen kehadiran.

- 2) Pemberian penjelasan pokok mengenai materi pembelajaran renang gaya bebas dengan memanfaatkan media audiovisual yaitu memberikan pemaparan dengan menonton video tentang teknik renang gaya bebas, langkah langkah renang gaya bebas, penggunaan alat bantu renang, dan latihan renang gaya bebas.

3) Pemanasan.

b. Inti

- 1) Dosen memberikan instruksi pembelajaran renang gaya bebas sesuai dengan apa yang dijelaskan pada pemaparan materi dengan menggunakan media audiovisual. Tahap materi pembelajaran yaitu gerakan streamline, gerakan kaki, gerakan lengan, gerakan pengambilan nafas dan koordinasi renang gaya bebas.
- 2) Dosen mengawasi dan memberikan koreksi gerakan secara langsung kepada mahasiswa yang salah dalam melakukan gerakan renang gaya bebas.

c. Kegiatan akhir

- 1) Pendenginan.
- 2) Mengevaluasi pembelajaran secara keseluruhan.
- 3) Menjelaskan gambaran umum materi untuk pertemuan mendatang.

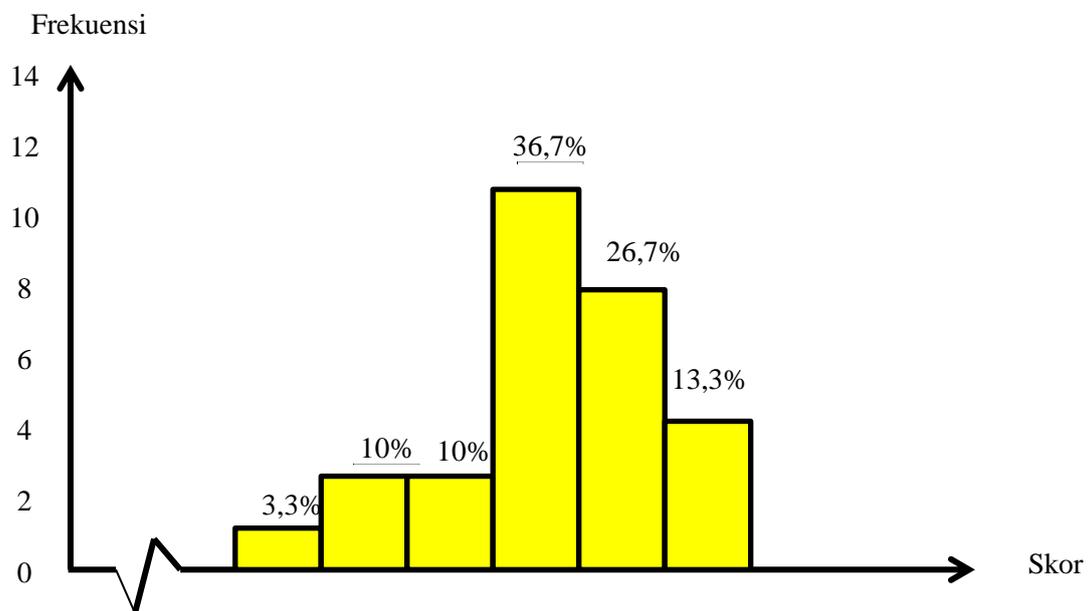
Tampaknya dengan memanfaatkannya media audiovisual mahasiswa banyak yang lebih puas dengan

penjelasan dikarenakan video yang diberikan bisa melihat gerakan didalam air, tampak samping maupun depan dengan begitu penjelasan tersebut mudah dimengerti. Dengan pemanfaatan media audiovisual juga kegiatan pembelajaran yang bersifat monoton dan membosankan berubah menjadi menyenangkan dan antusias dalam mempelajari gerakan renang gaya bebas.

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus 1 tentang kegiatan pembelajaran secara keseluruhan dosen telah melakukan kegiatan pembelajaran yang ideal namun akan tetapi ada catatan kolabolator yang kurang memodifikasi pembelajaran renang, peneliti harus kreatif memodifikasi pembelajaran sehingga lebih bervariasi.

Hasil evaluasi yang diperoleh siswa pada pembelajaran renang gaya bebas siklus 1 disajikan dalam bentuk tabel dan grafik histogram sebagai berikut.

Grafik 2 Histogram Skor Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Siklus 1



Berdasarkan tabel nilai kkm diatas tes renang gaya bebas siklus 1 diatas maka dapat disimpulkan bahwa sebanyak 19

orang yang tuntas atau sekitar 63,3% dengan baras minimal 70 dari 30 orang mahasiswa. Sedangkan mahasiswa yang

tidak tuntas sekitar 24 orang atau sekitar 37,7%, dengan rata-rata nilai keseluruhan 73,9. Hasil pada tes siklus 1 sudah cukup baik tapi belum memuaskan peneliti karena hasil skor dirasa belum maksimal dan belum mencapai target kriteria ketuntasan pembelajaran pada siklus I yaitu kelulusan secara klasikal >80%.

A. Siklus II

a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan dari hasil analisis dan refleksi pada siklus I, maka perencanaan tindakan pada siklus II sebagai berikut :

- 1) Peneliti dan dosen merancang pembelajaran memanfaatkan alat bantu bola plastik , permainan dan perbaikan kesalahan gerakan sehingga gerakan semakin baik dan suasana pembelajaran lebih kondusif tidak cepat bosan dalam praktek dilapangan.
- 2) Menyiapkan media pembelajaran audiovisual (video) yang dan bola plastik yang diperlukan sebagai media pembelajaran renang gaya bebas.
- 3) Menyusun lembar pengamatan / observasi pada proses pembelajaran.

b. Kegiatan Awal

- 1) Mengabsen kehadiran.
- 2) Pemberian penjelasan pokok mengenai materi pembelajaran renang gaya bebas dengan memanfaatkan media audiovisual yaitu memberikan pemaparan dengan menonton video tentang teknik renang gaya bebas, langkah langkah renang gaya bebas, penggunaan alat bantu renang, dan latihan renang gaya bebas.
- 3) Pemanasan.

c. Inti

- 1) Dosen memberikan instruksi pembelajaran renang gaya bebas sesuai dengan apa yang dijelaskan pada pemaparan materi dengan menggunakan media audiovisual. Tahap materi pembelajaran pada siklus

2 ini terfokus pada gerakan lengan gaya bebas dan gerakan pengambilan nafas.

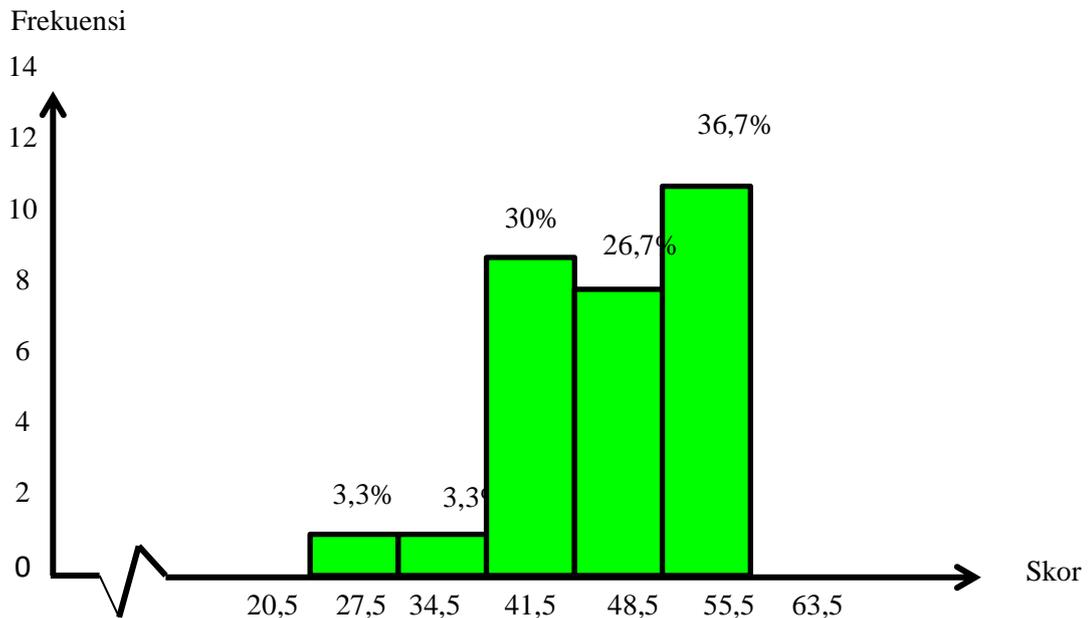
- 2) Dosen mengawasi dan memberikan koreksi gerakan secara langsung kepada mahasiswa yang salah dalam melakukan gerakan renang gaya bebas,
- d. Kegiatan akhir

- 1) Pendinginan.
- 2) Mengevaluasi pembelajaran secara keseluruhan.
- 3) Menjelaskan gambaran umum materi untuk pertemuan mendatang.

Hasil catatan lapangan pada siklus 2 menunjukkan bahwa dalam proses pembelajaran para mahasiswa sudah mengerti dan memahami tahap gerakan renang gaya bebas, mulai menunjukan gerakan yang konstan dan benar. Dan secara keseluruhan baik mahasiswa, dosen, peneliti melakukan pembelajaran dengan baik dan benar, mahasiswa menikmati setiap materi dan mengaplikasikan gerakan tersebut di praktek renang gaya bebas.

Berikut ini adalah tabel dari skor hasil belajar renang gaya bebas pada mahasiswa prodi PJKR smester genap STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung.

Grafik 3 Histogram Skor Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Siklus 2



Berdasarkan tabel diatas dapat kita simpulkan bahwa mahasiswa yang tuntas sebanyak 26 siswa atau sekitar 86,7% dengan nilai minimum adalah 70, dan siswa yang tidak tuntas adalah sekitar 4 siswa atau sekitar 13,5, dengan rata-rata nilai keseluruhan 81. Dengan demikian pada siklus II ini kriteria ketuntasan melebihi target yaitu 80% dengan pencapaian 86,7% mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penerapan pembelajaran melalui media audiovisual bahwa pada pra siklus ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II . Hasil nilai rata-rata pra siklus mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 53,6 atau yang tuntas 20%, dan 80% mahasiswa yang tidak tuntas. Hasil nilai rata-rata siklus I mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 73,9 atau yang tuntas 63,3%, dan 36,7% mahasiswa yang tidak tuntas. hasil nilai rata-rata siklus II mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 81 atau yang tuntas 87%, dan 13% mahasiswa

yang tidak tuntas Menurut peneliti dan kolaborator, penelitian berhenti sampai disini dan tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya, karena permasalahannya sudah terjawab yaitu melalui penelitian pembelajaran melalui media audiovisual hasil belajar renang gaya bebas meningkat.

Berdasarkan Peningkatan hasil belajar renang gaya bebas disimpulkan bahwa pembelajaran melali media audiovisual menjadi masukan kepada dosen sebagai alternatif dalam pemanfaatan media pembelajaran khususnya materi pembelajaran renang gaya bebas sehingga dapat meningkatkan hasil belajar mahasiswa dan juga sebagai bentuk usaha dosen dalam menyampaikan materi pembelajaran sehingga mahasiswa dapat lebih berperan aktif selama mengikuti proses pembelajaran sehingga tujuan dari pembelajaran tersebut dapat tercapai secara maksimal.

SIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa melalui penerapan media audiovisual pada pembelajaran renang gaya bebas dapat meningkatkan hasil belajar renang gaya bebas dari prasiklus ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II, hasil nilai rata-rata pra siklus mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 53,6 atau yang tuntas 20%, dan 80% mahasiswa yang tidak tuntas. Hasil nilai rata-rata siklus I mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 73,9 atau yang tuntas 63,3%, dan 36,7% mahasiswa yang tidak tuntas. Hasil nilai rata-rata siklus II mahasiswa dalam pembelajaran renang gaya bebas adalah 81 atau yang tuntas 87%, dan 13% mahasiswa yang tidak tuntas. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan penerapan pembelajaran melalui media audiovisual hasil belajar renang gaya bebas meningkat.

Penerapan pembelajaran menggunakan media audiovisual dalam pembelajaran renang gaya bebas merupakan alternative dalam memecahkan beberapa masalah yang dihadapi dosen dalam upaya memotivasi siswa dalam belajar serta dalam upaya mentransformasikan nilai-nilai yang terkandung, salah satunya adalah nilai disiplin, karena dosen berperan sebagai pemimpin, manajer yang mengelola kegiatan belajar dan mengajar, fasilitator yang berupaya menciptakan lingkungan belajar yang mengefektifkan proses pembelajaran.

Dengan penerapan pembelajaran dengan media Audio visual ini para mahasiswa lebih tertantang, lebih termotivasi, lebih fokus dan lebih serius dalam proses pembelajaran dan dosen harus mampu menciptakan kelas yang kondusif agar hubungan interaktif mahasiswa dengan

dosen, antar mahasiswa dapat terwujud sehingga suasana kelas menjadi menarik dan tidak membosankan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anandia, P., & Wahidi, R. (2016). Pengaruh Metode Latihan Terhadap Peningkatan Keterampilan Renang Gaya Bebas. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 1(1), 28-38. doi:10.33222/juara.v1i1.54
- Harsuki . *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar* Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2003.
- Munadi, Yudhi. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Gaung Persada Press. 2008
- Daryanto. *Media Pembelajaran: Peranannya Sangat Penting dalam Mencapai Tujuan Pembelajaran*. Yogyakarta: Gava Media ,2010
- Muhamad, Rizal *Pengaruh Penerapan Media Audio visual Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Dada*, Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 06 Nomor 01 UNNESA Tahun 2018, 5 – 9
- Mulyana, N. (2017). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Dalam Aktivitas Perkuliahan Atletik Melalui Implementasi PAIKEM. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 2(1), 18-25. doi:10.33222/juara.v2i1.7
- Burhan, Elfanany. *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Araska, 2013.
- Suharsimi, Arikunto. Suharjo, dan Supardi. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara. 2012
- Wijaya, Tina. *Renang*. Jakarta : Cerdas Jaya, 2006.
- Tri, Tunggal S. *Renang Dasar 1*. Semarang: UNNES, 2004.