

## PENGARUH GAYA MENGAJAR DAN KEMANDIRIAN TERHADAP HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS

Mayasari Sorayah<sup>1</sup>, Budi Valianto<sup>2</sup>, Tarsyad Nugraha<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Guru PJOK SMA Dharma Pancasila Medan, <sup>2&3</sup>Dosen POR S2 PPs Unimed

[mavatorayah@gmail.com](mailto:mavatorayah@gmail.com)

### ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh gaya mengajar komando dan gaya mengajar latihan serta kemandirian terhadap hasil belajar renang gaya bebas. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII (Delapan) di SMP Dharma Pancasila Medan, kemudian lokasi perlakuan bertempat di kolam renang selayang Medan dengan jumlah sampel adalah 40 siswa. Penelitian ini menggunakan *treatment by level 2 x 2*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar portofolio untuk tes hasil belajar renang gaya bebas dan angket untuk mengukur kemandirian siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis varians dua jalur (ANOVA) dan selanjutnya dilanjutkan dengan uji Tukey pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) hasil belajar renang gaya bebas menggunakan gaya mengajar latihan ( $A_2$ ) lebih tinggi dari hasil belajar renang gaya bebas menggunakan gaya mengajar komando ( $A_1$ ), (2) hasil belajar renang gaya bebas menggunakan gaya mengajar latihan pada siswa dengan kemandirian tinggi ( $A_2B_1$ ) lebih tinggi dari hasil belajar renang gaya bebas menggunakan gaya mengajar komando pada siswa dengan kemandirian tinggi ( $A_1B_1$ ), (3) hasil belajar renang gaya bebas menggunakan gaya mengajar latihan pada siswa dengan kemandirian rendah ( $A_2B_2$ ) lebih rendah dari hasil belajar dengan gaya mengajar komando pada siswa yang memiliki kemandirian rendah ( $A_1B_2$ ), (4) terdapat interaksi antara gaya mengajar (A) dan kemandirian (B) terhadap hasil belajar renang gaya bebas.

Keywords: *Gaya Mengajar Komando, Gaya Mengajar Latihan, Kemandirian, Renang Gaya Bebas.*

### PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan (secara umum) yang terutama melalui pengalaman-pengalaman geraknya memberikan sumbangan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Seperti yang diungkapkan Adang Suherman (2009:5) “pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui dan tentang aktivitas”. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dari dan melalui gerak, dan harus dilakukan dengan cara yang sesuai dengan arti yang dikandungnya.

Namun, sebagian awam menyatakan, pendidikan jasmani hanyalah suatu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah mengenai aktivitas fisik. Padahal pada hakikatnya tidak sepenuhnya demikian. Selain aktivitas fisik, pendidikan jasmani memiliki nilai keterampilan, kesehatan dan kebugaran, yang mampu mendukung dalam membentuk sikap dan perilaku ke arah yang positif. Seperti yang diungkapkan oleh Jawatan Pendidikan Jasmani, 1960 (dalam Adang Suherman, 2009:4) “pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindak, dan karya yang diberi bentuk, isi, dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai dengan cita-cita kemanusiaan”.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani tak lepas dari seorang guru dituntut untuk memahami pengelolaan proses pembelajaran yaitu bagian penting dari rencana implementasi pembaharuan proses pembelajaran. Guru sangat memegang peranan penting dalam menciptakan suasana belajar anak didik yang menunjang terhadap pencapaian tujuan belajarnya. Seperti yang dikemukakan oleh Adang Suherman (2009:50) yaitu “pemahaman guru terhadap esensi proses pembelajaran merupakan faktor penting agar guru dapat melakukan inovasi pembelajaran yang komprehensif dan efektif”. Proses pembelajaran yang demikian tidak terjadi dengan sendirinya melainkan merupakan dampak dari pengelolaan proses pembelajaran yang dapat berfungsi sebagaimana mestinya. Proses pembelajaran pada dasarnya merupakan interaksi pedagogi antara guru, siswa, materi, dan lingkungannya

Aktivitas air merupakan ruang lingkup di dalam pendidikan jasmani yang meliputi permainan di air, keselamatan saat di air, keterampilan bergerak di air, dan berenang serta aktivitas lainnya. Di dalam kehidupan sehari-hari seseorang tidak hanya hidup di ruang lingkup dataran saja, namun ada kalanya seseorang harus mampu dan bertahan apabila berada di dalam air. Seperti halnya yang dikemukakan oleh David G. Thomas (2006:1) “renang dapat memberikan kesenangan, relaksasi, tantangan, persaingan dan kemampuan untuk menyelamatkan jiwa dalam keadaan darurat di dalam air”. Selain untuk menjaga keselamatan atau alat perlindungan diri, renang pada era yang modern saat ini

juga digunakan untuk meraih prestasi yang berguna bagi kehidupan individu tersebut.

Renang merupakan olahraga yang dilakukan dengan posisi tubuh secara horizontal, berbeda dengan olahraga di darat lainnya yang dominan dilakukan secara vertikal lebih besar dan sering berkenaan dengan gravitasi bumi. Seperti yang dikemukakan oleh Sukintoko dan Sukarno (1983:88) “posisi badan dalam renang gaya *crawl*/bebas harus *se-streamline* dan sedatar mungkin”. Dengan posisi tubuh yang dominan horizontal, renang dibutuhkan ketenangan dalam melakukannya dan posisi tubuh yang harus tetap stabil di dalam air.

Banyak sekali manfaat renang bagi tubuh manusia salah satunya yang sudah dijelaskan di atas, manfaat lainnya adalah pertumbuhan bagi siswa, seperti yang diungkapkan Sukintoko dan Sukarno (1983:72) “faktor yang merangsang pertumbuhan tubuh salah satunya adalah kesempatan bergerak, apakah anak mendapat kesempatan bergerak untuk mengembangkan motoriknya”. Manfaat selanjutnya adalah sebagai terapi rileksasi bagi siswa akibat belajar di dalam kelas, seperti yang diungkapkan oleh Sukintoko dan Sukarno (1983:72) “berenang adalah salah satu cara untuk menghilangkan atau mengurangi gangguan-gangguan yang diperoleh sebagai akibat duduk yang terlalu lama di dalam kelas”. Selanjutnya Sukintoko dan Sukarno “di samping itu, rangsang dingin yang diperoleh dari air, mempunyai pengaruh-pengaruh yang baik bagi tubuh dan menyebabkan perasaan segar pula”.

Dari urutan gerak anatomis tubuh bahwa gaya bebas merupakan gaya yang paling aman dilakukan karena gerakan yang sesuai dengan anatomis tubuh dibandingkan dengan ketiga gaya lainnya. Karakter gerakan gaya bebas yang dinamis mampu mempercepat peningkatan kebugaran tubuh siswa di sekolah. Dimana kebugaran tersebut sangat dibutuhkan bagi siswa di sekolah bagi masa tumbuh kembang anak, khususnya anak remaja di tingkat Sekolah Menengah Pertama dimana tujuan penjas adalah meningkatkan keterampilan gerak dasar. Seperti diungkapkan Ali dan Asrori (2015:8) “dimana siswa SMP memiliki perilaku yang disebabkan oleh masa peralihan dari SD ke SMP ini menimbulkan berbagai keadaan dimana siswa labil dalam pengendalian emosi. Keingintahuan

pada hal-hal baru yang belum pernah ditemui sebelumnya mengakibatkan muncul perilaku-perilaku yang mulai memunculkan karakter diri”. Maka energi yang berlebihan bagi anak remaja awal ini dapat disalurkan ke yang lebih bermanfaat dan terarah melalui aktivitas gerak dalam mata pelajaran penjas di sekolah, termasuklah renang gaya bebas yang memerlukan energi yang besar.

Namun, kondisi yang ada sekarang banyak sekolah yang mengajarkan siswanya terlebih dahulu dalam materi renang adalah dimulai dari renang gaya dada (ini bukan berarti salah). Hal ini diberikan dengan alasan siswa menerima materi renang gaya dada agar lebih mudah menerima materi renang dan siswa dapat lebih cepat bisa berenang. Tetapi menurut teori, gaya bebas merupakan gaya yang pertama kali diajarkan untuk menguasai ketiga gaya lainnya (yaitu gaya dada, gaya punggung dan gaya kupu-kupu), seperti dikemukakan oleh James E. Counsilman, 1977:144 (dalam FX Sugiyanto, 1987:37) yang menyatakan bahwa “gaya rimau merupakan persyaratan untuk memahami atau mempelajari ketiga gaya berikutnya yaitu gaya punggung, gaya kupu-kupu (gaya *dolphin*), dan gaya dada”.

Kenyataan yang terjadi dilapangan masih banyak siswa yang malas untuk belajar renang gaya bebas. Hal ini dikarenakan gerakan renang gaya bebas yang membutuhkan energi yang besar untuk melakukannya sehingga mereka enggan untuk berusaha menguasai gerakan renang gaya bebas. Kemudian masih banyak yang tidak menguasai teknik dasar renang gaya bebas, seperti yang dikemukakan dalam jurnal penelitian Dwi Sukmawati dan Setyo (2015:366) bahwa “siswa SMP masih mendapat kesulitan dalam pembelajaran renang. Dalam renang gaya bebas mempunyai tingkat kesulitan tersendiri yaitu saat mengambil nafas karena gerakan kepalanya harus menoleh ke samping kanan atau kiri siswa”. Selain itu siswa hanya sekedar bisa dalam berenang gaya bebas tanpa mengetahui langkah-langkah yang benar dalam pembelajaran renang gaya bebas (*crawl*). Ini dikarenakan dikemukakan dalam jurnal FX Sugiyanto (2010:2) “ada beberapa hal yang menyebabkan siswa gagal menguasai keterampilan dasar gerak renang yaitu: siswa trauma terhadap air karena pengalaman sebelumnya yang kurang menyenangkan, takut ditempat dalam, takut tenggelam, takut karena tidak ada

tumpuan, hidung takut kemasukan air, tidak bisa mengapung, tidak bisa bernapas, sama sekali belum pernah mengenal olahraga renang, sehingga waktu yang dimiliki untuk menguasai keterampilan dasar gerak renang kurang memadai”.

Dari seluruh total sampel di sekolah tersebut berjumlah 84 siswa yang terdiri dari 3 kelas hanya 9 siswa (10,71%) saja yang menguasai teknik renang gaya bebas. Dari 9 siswa ini sudah mengikuti dan bergabung di dalam perkumpulan renang, maka mereka sudah terlatih untuk melakukan renang gaya bebas. Selebihnya yaitu 75 siswa (89,29%) masih ada yang kurang menguasai olahraga renang dan terkait juga dengan jarang nya siswa mengunjungi kolam renang untuk berlatih renang.

Peneliti melakukan wawancara terhadap wali kelas dalam konteks proses belajar di sekolah SMP Dharma Pancasila masih terlihat adanya fenomena siswa dalam kebiasaan belajar yang kurang baik. Seperti masih banyak siswa yang menyontek saat ujian, mengerjakan PR (Pekerjaan Rumah) dengan menyontek PR temannya bahkan mengerjakan di sekolah sebelum jam pelajaran dimulai, ada juga siswa yang tidak betah belajar lama, hanya belajar menjelang ujian saja, dan kebiasaan kurang mengulang-ngulang pembelajaran yang telah diberikan. Ciri-ciri tersebut termasuk siswa yang memiliki kemandirian yang rendah seperti halnya diungkapkan Desmita, 2009:189 (dalam Prasetyaningsih, 2014:3) yang menyatakan “dalam konteks proses belajar, terlihat adanya fenomena siswa yang kurang mandiri dalam belajar, yang dapat menimbulkan gangguan mental setelah memasuki pendidikan lanjutan, kebiasaan belajar yang kurang baik (seperti tidak betah belajar lama atau belajar hanya menjelang ujian, membolos, dan menyontek)”.

Dari sinilah peneliti mengambil kesimpulan bahwa masih banyak siswa SMP Dharma Pancasila Medan yang memiliki kemandirian belajar yang rendah yang mengakibatkan mereka kesulitan menguasai teknik renang gaya bebas. Hasil belajar dapat ditingkatkan melalui usaha sadar yang dilakukan secara sistematis mengarah kepada perubahan yang positif yang kemudian disebut dengan proses belajar. Pencapaian hasil belajar pendidikan jasmani siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar Dalyono, 2009:55

(dalam Prasetyaningsih, 2013:2) mengungkapkan “beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar yaitu: faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal (faktor dari dalam diri siswa) meliputi: kesehatan, intelegensi dan bakat, minat dan motivasi, kemandirian, serta cara belajar. Sedangkan faktor eksternal (faktor dari luar diri siswa) terdiri atas: keluarga, sekolah, masyarakat, dan lingkungan sekitar”.

Kemandirian belajar merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi keberhasilan belajar siswa. Irzan Tahar (2006:92) dalam jurnalnya mengemukakan bahwa kemandirian belajar adalah “kesiapan dari individu yang mau dan mampu untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam hal penentuan tujuan belajar, metoda belajar, dan evaluasi hasil belajar”. Tingkat kemandirian belajar siswa dapat ditentukan berdasarkan seberapa besar inisiatif dan tanggung jawab siswa untuk berperan aktif dalam hal perencanaan belajar, proses belajar maupun evaluasi belajar. Dengan adanya sikap mandiri dalam diri siswa, tujuan belajar akan berhasil dicapai sebagaimana yang diharapkan. Jadi kemandirian seseorang dalam belajar akan menentukan arah belajar dan prestasi belajar seseorang. Kemandirian akan membuat seseorang siswa mampu belajar sendiri tanpa disuruh oleh pihak luar dalam kondisi ujian atau tidak ujian

Konsep kemandirian tersebut dapat dikembangkan dalam pendidikan jasmani, dimana pendidikan jasmani merupakan pembelajaran yang tidak hanya menerapkan aktivitas fisik saja, tetapi mengembangkan siswa dalam kognitif dan afektif. Berbagai macam afektif dapat dikembangkan dalam pendidikan jasmani, termasuk kemandirian.

Menyadari akan pentingnya kemandirian untuk mencapai hasil belajar renang gaya bebas siswa, guru harus mengupayakan pembelajaran dengan menerapkan model-model pembelajaran yang dapat memberikan peluang dan mendorong siswa untuk melatih renang gaya bebas siswa. Gaya mengajar yang dipilih haruslah sesuai dengan proses pembelajaran teori dan praktek keterampilan, semata-mata untuk meningkatkan efektifitas dan efisiensi proses.

Proses pembelajaran dapat dikatakan efektif bila perubahan perilaku yang terjadi pada siswa setidaknya-tidaknya mencapai tingkat optimal.

Gaya mengajar yang banyak digunakan oleh guru penjas adalah gaya komando dan gaya latihan, karena kedua gaya tersebut yang lebih banyak dipelajari dan dianggap lebih praktis dilaksanakan oleh guru pendidikan jasmani. Terutama pada materi renang yang harus dibutuhkan pengawasan ekstra dari guru pendidikan jasmani terhadap siswa agar tidak terjadi kecelakaan di air. Meskipun ada anggapan bahwa kedua gaya ini tidak menarik dan membosankan atau sering dikatakan guru tidak kreatif, perlu diingat bahwa tidak ada gaya mengajar yang paling baik untuk selamanya dan setiap gaya mengajar memiliki kelebihan dan kekurangan, tidak ada gaya mengajar yang paling baik untuk selamanya.

## **METODE**

Penelitian ini adalah proses pembelajaran di sekolah maka penelitian dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan, seperti yang diungkapkan Sukintaka (1983:51) bahwa “dalam 1 semester akan terdapat 18 jam pelajaran, diperkirakan bahwa pelajaran untuk gaya bebas yang 18 jam pelajaran itu telah cukup, maka pada semester-semester berikutnya dapat berupa pendalaman dan peningkatan”.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen. Rancangan penelitian ini adalah *Factorial Design 2 x 2*, yang artinya penelitian ini menggunakan dua variabel bebas (gaya mengajar komando dan gaya mengajar latihan) dan dua variabel moderator (kemandirian tinggi dan kemandirian rendah).

Penentuan desain merujuk pada pendapat Sudjana (1994:109) yaitu “unit-unit eksperimen dikelompokkan dalam sel sedemikian rupa sehingga unit-unit eksperimen di dalam sel relatif homogen dan banyak unit eksperimen di dalam sel sama dengan banyak perlakuan yang sedang diteliti”. Perlakuan dilakukan secara acak kepada unit-unit eksperimen didalam setiap sel. Adapun matrik rancangan faktorial 2 x 2 adalah:

**TABEL I** Desain Penelitian 2 X 2

Gaya Mengajar (A) Kemandirian (B)	Gaya Mengajar	
	Komando (A <sub>1</sub> )	Latihan (A <sub>2</sub> )
Tinggi (B <sub>1</sub> )	A <sub>1</sub> B <sub>1</sub>	A <sub>2</sub> B <sub>1</sub>
Rendah (B <sub>2</sub> )	A <sub>1</sub> B <sub>2</sub>	A <sub>2</sub> B <sub>2</sub>

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Dharma Pancasila Medan kelas VIII yang berjumlah 84 siswa. Pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling*, yaitu berdasarkan siswa yang belum bisa berenang. Dari hasil data pengamatan awal terdapat 9 siswa yang bisa melakukan renang. Sisanya berjumlah 75 siswa yang belum bisa melakukan renang. Maka sampel yang diambil untuk dijadikan subjek penelitian berjumlah 75 siswa.

Alat pengumpulan data yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah dalam bentuk tes dan non tes. Instrumen tes yang digunakan adalah tes keterampilan renang gaya bebas menggunakan lembar portofolio. Kemudian menggunakan instrumen non tes berupa angket untuk melihat kemandirian tinggi dan rendah siswa.

Sesuai dengan desain penelitian eksperimen *by level* maka pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan *analysis of variance* (ANOVA) dua jalur dengan desain faktorial 2 x 2. Namun, sebelum dilakukan analisis maka terlebih dahulu akan dilakukan beberapa pengujian.

Pertama dilakukan pengolahan data mentah yang bertujuan untuk mencari rerata, median, modus, simpangan baku, jangkauan, nilai maksimum dan nilai minimum. Selanjutnya distribusi frekuensi divisualisasikan melalui tabel dan histogram. Kemudian dilakukan pengujian persyaratan analisis yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Setelah itu baru dilakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis varians (ANOVA) dua jalur dan dilanjutkan dengan uji Tukey untuk menentukan kelompok mana yang memiliki hasil belajar renang gaya bebas yang lebih baik yang dilakukan pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN

### **Gaya Mengajar Latihan Memberikan Pengaruh yang Lebih Baik Daripada Gaya Mengajar Komando Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas**

Peran gaya mengajar seorang guru akan mempengaruhi tingkat pencapaian hasil belajar renang gaya bebas terhadap siswanya. Gaya mengajar komando menurut Mosston (1994:18) “guru yang ingin menggunakan gaya ini harus menyadari struktur keputusan, rangkaian keputusan, kemungkinan hubungan antara sinyal utamanya dengan reaksi yang diharapkan, ketepatan tugas dan kemampuan yang ada (kemampuan untuk melakukan gerakan dengan ketepatan yang akurat dan mengikuti modelnya)”. Disini dijelaskan bahwa inti pokok gaya mengajar komando tersebut adalah terciptanya keseragaman pembelajaran, semua keputusan dibuat oleh guru kemudian siswa hanya menuruti petunjuk dan melaksanakan tugas yang diberikan oleh guru. Kelemahan yang ada dalam gaya mengajar komando ini adalah menurut Supandi, 1992 (dalam Ika Kusumasari, 2012:21) yaitu “... kreatifitas siswa yang menurun, bisa menimbulkan salah ajar yang sukar diperbaiki atau bahkan tidak disadari guru karena terlalu sibuk memberikan aba-aba, modifikasi atau variasi gerakan atau bahan ajaran yang mungkin timbul dari proses belajar mengajar tidak muncul karena tersisihkan oleh aba-aba guru”. Identifikasi dari kelemahan gaya mengajar komando ini jelas dapat dilihat bahwa siswa tidak dituntut untuk mendapatkan pengetahuan dalam pengajaran ini, meskipun dalam hal ini kesegaran jasmani sangat efektif karena kegiatan fisik yang tinggi yang diatur oleh guru.

Implementasi dalam gaya mengajar latihan menurut Mosston (1994:41) “guru memperkenalkan gaya (awal mula, menjelaskan kepada kelas pengalihan membuat keputusan), mempresentasikan tugas, mengakomodasi logistik, dan menyediakan umpan balik kepada siswa. Peran siswa adalah mendengarkan harapan dari tiap episode, menerima deskripsi tugas, membuat kesembilan keputusan melakukan unjuk kerja, dan menerima umpan balik guru”. Dalam gaya mengajar latihan ini, ketika siswa mempraktekkan tugasnya, guru lebih leluasa untuk berkeliling memantau penampilan tiap individu siswa kemudian memberikan umpan balik dari setiap gerakan yang dilakukan oleh setiap siswa.

Dalam hal ini siswa bisa dengan bebas melakukan kegiatan belajarnya sesuai dengan karakteristik pribadinya sendiri, artinya jika siswa sudah mampu dalam melaksanakan tugas pertama maka ia dapat melanjutkan ke tugas selanjutnya sesuai dengan umpan balik dari guru terlebih dahulu. Siswa juga diberi tugas untuk mengulang-ulang tugasnya tersebut, dalam hal ini maka siswa dapat lebih terfokus pada gerakan-gerakan yang sulit dikuasainya hingga ia mampu menguasainya.

### **Gaya Mengajar Latihan Memberikan Pengaruh yang Lebih Baik Daripada Gaya Mengajar Komando Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Bagi Siswa yang Memiliki Kemandirian Tinggi**

Gaya mengajar komando ditandai dengan kondisi dimana pihak guru yang paling dominan dalam membuat seluruh keputusan dan analisa dalam penyusunan anatomi dari gaya ini. Kelas diorganisir dan dikondisikan oleh aba-aba semuanya berasal dari guru. Siswa dituntut untuk mengikuti perintah-perintah yang diberikan oleh guru dalam melaksanakan pembelajaran. Maka dalam pelaksanaan pembelajaran, keseragaman gerakan terjadi dalam situasi gaya mengajar komando. Dalam pembelajaran yang diajar dengan gaya mengajar komando terdapat aspek perkembangan yang terjadi menurut Mosston (1994:36) “pada kriteria kemandirian pada gaya mengajar komando bisa dilihat pada peran siswa dalam pembelajaran yaitu mengikuti keputusan yang dibuat oleh guru, posisi siswa pada aspek fisik berada pada titik minimum kemandirian”. Kemudian gaya mengajar komando memiliki kelemahan seperti yang diungkapkan oleh Supandi, 1992 (dalam Ika Kusumasari, 2012:29) yaitu “siswa sering kehilangan kemandiriannya”.

Gaya latihan sangat sesuai untuk pembelajaran dalam penguasaan teknik dasar, di dalam gaya ini siswa ikut serta menentukan cepat lambatnya tempo belajar, maksudnya guru memberikan keleluasaan bagi setiap siswa untuk menentukan sendiri kecepatan belajar dan kemajuan belajarnya. Dalam gaya ini, guru tidak menghiraukan bagaimana kelas organisasi, atau apakah siswa melakukan tugas itu secara serempak atau tidak karena hal itu tidak begitu penting

baginya. Gaya mengajar latihan mempunyai beberapa kelebihan antara lain, siswa dapat menguasai gerak secara keseluruhan, gerak dilakukan tidak terlepas dari konteks gerak secara keseluruhan, siswa dapat pengertian secara langsung dari hubungan antara bagian-bagian tugas gerak untuk mencapai suatu gerakan diharapkan siswa dengan menguasai gerakan keseluruhan akan memudahkan proses transfer gerakan ke dalam gerakan renang gaya bebas. Dalam aspek perkembangan yang terjadi pada gaya mengajar latihan yaitu dikemukakan oleh Mosston (1994:52) “pada gaya mengajar latihan, siswa lebih mandiri dalam membuat keputusan mengenai unjuk kerjanya”.

Dalam mempelajari renang gaya bebas, faktor kemandirian merupakan unsur keberhasilan dalam mempelajari renang gaya bebas. Dalam proses belajar kemandirian sangat diperlukan seorang siswa, siswa yang tidak mempunyai kemandirian yang tinggi maka ia tak akan mungkin melakukan aktivitas belajar dan mencapai keberhasilan yang memuaskan. Jika seorang siswa memiliki kemandirian, maka akan semakin mudah dalam mempelajari renang gaya bebas. Seperti yang dikemukakan oleh Dalyono, 2009:55 (dalam Prasetyaningsih, 2013:2) “beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar yaitu: faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal (faktor dari dalam diri siswa) meliputi: kesehatan, intelegensi dan bakat, minat dan motivasi, kemandirian, serta cara belajar. Sedangkan faktor eksternal (faktor dari luar diri siswa) terdiri atas: keluarga, sekolah, masyarakat, dan lingkungan sekitar”.

### **Gaya Mengajar Komando Memberikan Pengaruh yang Lebih Baik Daripada Gaya Mengajar Latihan Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Bagi Siswa yang Memiliki Kemandirian Rendah**

Untuk siswa yang memiliki kemandirian rendah, harus diajarkan dengan gaya mengajar yang tepat pula. Jika gaya mengajar komando ditandai dengan kondisi dimana pihak guru yang paling dominan dalam membuat seluruh keputusan dan analisa dalam penyusunan anatomi dari gaya ini, dengan demikian peran guru dalam melaksanakan gaya ini adalah memberikan instruksi keseluruhan dan keputusan dalam berlangsungnya seluruh kegiatan belajar

mengajar. Maka dari itu siswa yang memiliki kemandirian rendah akan termotivasi untuk melakukan gerakan-gerakan yang diinstruksikan oleh guru. Seperti yang diungkapkan oleh Ika Kusumasari (2012:21) bahwa salah satu unsur-unsur khas dalam pembelajaran gaya mengajar komando adalah “dapat membuat siswa merasa terlibat dan termotivasi”.

Sedangkan gaya mengajar latihan adalah dimana pusat pembelajaran terpusat dari siswa, maka siswa dituntut untuk menentukan sendiri kecepatan belajarnya dan kemajuan belajarnya, disini jelas di gaya mengajar latihan dituntut kemandirian yang tinggi untuk melaksanakan tugas yang diinstruksikan oleh guru dalam proses belajar mengajar.

### **Interaksi Antara Gaya Mengajar dan Kemandirian Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas**

Gaya mengajar adalah pedoman yang dipakai oleh guru dalam mengajarkan renang gaya bebas. Pedoman mengajar ini digunakan dengan tujuan agar teknik renang gaya bebas dapat dikuasai dengan baik dan benar oleh siswa.

Gaya mengajar dalam penelitian ini pelaksanaannya dibagi dalam dua cara yaitu gaya mengajar komando dan gaya mengajar latihan. Kedua gaya mengajar ini akan bermanfaat dan berhasil dengan baik apabila digunakan untuk mengajar renang apabila didukung oleh kemandirian, karena kemandirian merupakan potensi dasar yang dimiliki siswa sebagai modal dasar siswa untuk mempelajari suatu keterampilan gerak.

Setiap siswa mempunyai kemandirian dan untuk dapat memanfaatkan kemandirian yang dimiliki siswa kemudian agar berhasil dalam mempelajari renang gaya bebas dibutuhkan pula gaya mengajar yang tepat yaitu: gaya mengajar komando dan gaya mengajar latihan.

Dengan demikian karena hal ini disebabkan kemandirian yang sangat berhubungan dengan potensi gerak dan kemauan yang dapat ditampilkan siswa maka terdapat interaksi antara gaya mengajar dengan kemandirian terhadap hasil belajar renang gaya bebas.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis statistik terhadap data yang diperoleh, hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Secara keseluruhan gaya mengajar latihan memberikan pengaruh yang lebih baik daripada gaya mengajar komando terhadap hasil belajar renang gaya bebas
2. Gaya mengajar latihan memberikan pengaruh yang lebih baik daripada gaya mengajar komando terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada siswa yang memiliki kemandirian tinggi
3. Gaya mengajar komando memberikan pengaruh yang lebih baik daripada gaya mengajar latihan terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada siswa yang memiliki kemandirian rendah
4. Terdapat interaksi antara gaya mengajar dan kemandirian terhadap hasil belajar renang gaya bebas

Memperhatikan kesimpulan hasil penelitian yang diuraikan sebelumnya, maka penulis menyarankan:

1. Bagi Dinas Pendidikan kota Medan diharapkan tidak hanya memperhatikan sisi *input* pendidikan dan proses. Tetapi juga sisi *output* sebagai keluaran yang bisa menjadi masukan yang berarti untuk upaya peningkatan kualitas pendidikan.
2. Peningkatan kompetensi guru secara lebih *real* (nyata) dapat melalui kepala sekolah di masing-masing sekolah, seperti kepala sekolah melakukan penilaian kompetensi guru-guru di sekolah tersebut.
3. Bagi sekolah diharapkan adanya pemerataan kualitas tenaga pendidik dan membuat pelatihan atau seminar tentang pendidikan untuk guru, khususnya guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).
4. Bagi guru PJOK untuk menggunakan angket dalam mengukur kemandirian tiap siswa agar menerapkan gaya mengajar yang tepat bagi siswa yang memiliki kemandirian tinggi maupun rendah
5. Bagi para peneliti yang berminat tentang permasalahan ini, agar melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan variabel lainnya yang cukup berpengaruh terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada siswa guna

pengembangan penelitian dibidang olahraga khususnya renang, sekaligus memperkaya khasanah keilmuan dibidang ilmu keolahragaan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ali, Mohammad dan Mohammad Asrori. 2015. Psikologi Remaja:Perkembangan Siswa. Jakarta: Bumi Aksara.
- [2] Mosston, Muska and Sara Ashwort. 1994. Teaching Physical Education (4th ed). New York: Mac Millan College Publishing Inc.
- [3] Kusumasari, Ika. 2012. Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani. Bahan Ajar FIK UNIMED.
- [4] Prasetyaningsih, Astuti, dkk. Hubungan Kemandirian Belajar Dan Interaksi Edukatif Dengan Hasil Belajar IPS Siswa Kelas IV SD Sekecamatan Purworejo. Journal of Research FKIP PGSD Universitas Negeri Sebelas Maret. (Online). Vol 3. No. 3 (2014): Kalam Cendekia PGSD KEBUMEN. (<http://id.portalgaruda.org/> diakses 22 January 2017).
- [5] Suherman, Adang. Revitalisasi Pengajaran dalam Pendidikan Jasmani. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.
- [6] Sugiyanto, FX. 1987. Sumbangan Pikiran dalam Pengajaran Pendidikan Gerak Renang. Cakrawala Pendidikan, (Online), No. 1 Volume VI 1987. (<http://id.portalgaruda.org/>, diakses 22 Januari 2017).
- [7] Sugiyanto, FX. 2010. Peningkatan Pembelajaran Dasar Gerak Renang Melalui Pendekatan Penggunaan Alat Bagi Mahasiswa PKO Pemula Tahun Ajaran 2010. Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan-UNY. (Online). (<http://staff.uny.ac.id/>, diakses 30 Agustus 2015).
- [8] Sukintoko and Sukarno. 1983. Renang dan Metodik. Jakarta: PT. Rosda Jayaputra
- [9] Sukmawati, Dwi and Setyo Hartoto. Penerapan Pembelajaran Renang Gaya Bebas Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas. Journal of Sport Education and Health. (Online). Volume 03 No. 02 2015, pp. 366-370. (<http://id.portalgaruda.org/>, diakses 2 January 2017).

- [10] Tahar, Irzan and Enceng. Hubungan Kemandirian Belajar Dan Hasil Belajar Pada Pendidikan Jarak Jauh. *Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh*. (Online). Volume. 7, No. 2, September 2006, pp. 91-101. (<http://simpen.lppm.ut.ac.id/htmpublikasi/tahar.pdf>, diakses 23 April 2016).
- [11] Thomas, David G. 2006. *Renang Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.