

**PENGARUH METODE INKLUSI MENGGUNAKAN MEDIA  
PEMBELAJARAN DAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*  
TERHADAP HASIL KETERAMPILAN BELAJAR  
RENANG GAYA DADA PADA MAHASISWA  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA**

**Oleh: Farizal Imansyah**  
**Universitas PGRI Palembang**  
Email: [FarizalPklo@gmail.com](mailto:FarizalPklo@gmail.com)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) perbedaan pengaruh antara metode inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* terhadap hasil keterampilan renang gaya dada. 2) perbedaan pengaruh antara *motor educability* tinggi dan rendah. 3) interaksi antara metode inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* dengan kemampuan *motor educability* terhadap hasil keterampilan belajar renang gaya dada. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rancangan faktorial 2 x 2. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 300 orang dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 40 orang. Hasil penelitian menunjukkan. 1) Terdapat perbedaan pengaruh antara metode inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* terhadap hasil keterampilan belajar renang gaya dada, terbukti dari  $F_{hitung} = 55,5 > F_{tabel} (4,09)$ . 2) Terdapat perbedaan pengaruh *motor educability* tinggi dan rendah, terbukti  $F_{hitung} = 88,49 > F_{tabel} = 4,09$ . 3) Terdapat interaksi antara metode inklusi menggunakan papan pelampung serta *pull buoy* dan *motor educability* terhadap hasil keterampilan renang gaya dada., terbukti  $F_{hitung} 4.313 > F_{tabel} = 4,09$ .

**Kata Kunci:** Metode Pembelajaran, Papan pelampung, *Pull buoy*, *Motor educability* dan Renang gaya dada.

**PENDAHULUAN**

Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan melalui proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru/ dosen olahraga yang berkualifikasi dan memiliki sertifikat kompetensi serta didukung prasarana dan sarana olahraga yang sesuai. Pembinaan ini dapat dilaksanakan mulai dari tingkat paling dasar hingga tingkat perguruan tinggi, yaitu dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat siswa/mahasiswa secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler, (Undang Undang Sistem Keolahragaan Nasional, 2005).

Di Era revolusi industri 4.0, semua bidang kehidupan akan dihadapkan dengan fenomena disrupsi, yaitu pergantian sistem lama dengan sistem baru yang berbasis teknologi. Tak terkecuali di bidang pendidikan. Jika fungsi guru dan

dosen hanya sebatas memberikan ilmu kepada siswa, maka perannya dapat digantikan teknologi. Untuk itu, guru diimbau lebih adaptif dengan perkembangan zaman guna meningkatkan sumber daya siswa. “Jika hanya transfer ilmu, dosen dan guru bisa digantikan oleh teknologi. Dosen dan guru zaman sekarang harus mampu menginspirasi, memberi sugesti dan memotivasi siswa agar mampu bersaing di era revolusi.

FKIP Universitas PGRI Palembang merupakan lembaga dengan adanya jurusan pendidikan Olahraga maka memiliki tanggung jawab atas pembinaan olahraga pendidikan di lingkungan kampusnya. Dalam kurikulum Jurusan Pendidikan Olahraga, mata kuliah renang merupakan salah satu dari lima kelompok besar matakuliah praktik yang menjadi bagian dalam proses pembelajaran di Jurusan Pendidikan Olahraga. Sistem pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran jurusan Pendidikan olahraga adalah Sistem Kredit Semester ( SKS ), dengan jumlah beban 148 SKS. Matakuliah renang bermaterikan empat gaya renang (gaya *crawl*, gaya dada, gaya kupu-kupu dan gaya punggung). Keterampilan renang sangat dibutuhkan bagi alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas PGRI Palembang, selain untuk mengajar di sekolah baik juga sebagai nilai plus yang dapat di jadikan modal untuk membuka sebuah industri olahraga di bidang akuatik.

Renang gaya dada merupakan salah satu keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh setiap mahasiswa pada tahap kedua, sehingga yang diperlukan untuk menguasai keterampilan dan teknik dasar tersebut adalah metode pembelajaran yang tepat. Salah satu indikator keberhasilan mahasiswa dalam mengikuti mata kuliah renang adalah mahasiswa mampu melakukan gerakan renang gaya dada dengan baik, ditinjau dari aspek biomekanika gerakan gaya dada dan keterampilan renang

Strategi dan model mengajar mempunyai kontribusi yang sangat penting dalam pembelajaran (Franszini dan Assar 2009:28). Salah satu metode yang dapat digunakan dalam pembelajaran adalah metode inklusi yaitu suatu model pembelajaran yang digunakan oleh dosen atau guru dengan cara menyajikan materi pembelajaran secara rinci dan menawarkan tingkat-tingkat kesulitan yang

berbeda secara berurutan bertujuan agar peserta didik kreatif dan mendapatkan kemudahan dalam mempelajari suatu keterampilan gerak.

Azhar Arsyad (2011:15) mengemukakan fungsi utama media pembelajaran adalah sebagai alat bantu mengajar yang turut mempengaruhi iklim, kondisi, dan lingkungan belajar yang ditata dan diciptakan oleh dosen/guru. C.T Dewayanti (2008:12) mengemukakan bahwa media papan pelampung biasanya digunakan untuk belajar mengapungkan badan dan meluncur. Papan ini sangat sesuai digunakan untuk melatih kemampuan kaki dan tangan pada saat belajar renang gaya dada. Sedangkan media *Pull buoy* adalah sebuah alat yang digunakan untuk meningkatkan daya apung saat kamu berenang. (Lina Marlina 2008 : 33)

Nurhasan (2007: 142) mengemukakan *Motor educability* adalah kemampuan seseorang untuk mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*). "Kesulitan belajar keterampilan renang gaya dada sangat erat hubungan dengan kemampuan *motor educability* peserta didik, yaitu kemampuan peserta didik dalam melakukan gerakan-gerakan baru. Gerakan dalam hal ini adalah gerakan koordinasi renang gaya dada. Apabila peserta didik memiliki tingkat *motor educability* tinggi, dapat menguasai keterampilan gerak lebih cepat atau bahkan baik, demikian pula sebaliknya. Rusli Lutan (2000: 115) mengemukakan cepat lambatnya seseorang menguasai suatu keterampilan baru secara cermat. Keterampilan gerak diartikan sebagai kemampuan untuk melaksanakan tugas-tugas gerak tertentu dengan baik.

Identifikasi masalah sesuai latar belakang masalah diatas adalah sebagai berikut : Program pembelajaran yang digunakan belum efektif dan efisien, Keaktifan mahasiswa dapat berpengaruh terhadap hasil pembelajaran, Pembelajaran renang dengan materi renang gaya dada belum menunjukkan hasil keterampilan yang optimal, mengetahui tentang gerak *motor educability* yang menunjang dalam proses belajar keterampilan.

Agung Purwandono Saleh (2008:20) mendefinisikan renang gaya dada adalah suatu nomor perlombaan disebut demikian, peserta boleh melakukan renang dengan menggunakan gaya apa saja, kecuali dalam nomor perlombaan gaya ganti perorangan atau gaya ganti estafet, maka gaya dada berarti gaya lain

apa saja yang bukan gaya dada, gaya punggung maupun gaya kupu-kupu. Lebih dijelaskan dalam renang gaya dada pada pembalikan dan finish, perenang dapat menyentuh dinding dengan apa saja dari badannya.

Geoffrey Corlett (1972) mendefinisikan , gaya dada gerakannya dapat ditinjau dari posisi tubuh (*body position*), gerakan tungkai (*leg action*), gerakan lengan (*arm action*), pernafasan (*breathing*), dan koordinasi tungkai-lengan-nafas (*kick-breath coordination*).

## METODE PENELITIAN

Tabel 1. Rancangan Faktorial 2 x 2

Gaya Mengajar inklusi (A)	Pembelajaran Inklusi	
	Papan Pelampung (A1)	<i>Pull Buoy</i> (A2)
<i>Motor Educability</i> (B)		
Tinggi (B1)	A1B1	A2B1
Rendah (B2)	A1B2	A2B2

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen Rancangan penelitian ini adalah *Factorial Design 2 x 2* (Sutrisno Hadi,204:494). Dalam penelitian ini terdapat metode inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* merupakan variabel dada. Tingkat *motor educability* merupakan variabel atribut dibagi menjadi dua yaitu kelompok mahasiswa yang *motor educability* tinggi dan rendah. Sedangkan variabel terikatnya adalah hasil belajar keterampilan renang gaya dada.

Agar penelitian ini dapat memenuhi pengujian hipotesis, dan hasilnya dapat mencerminkan hasil perlakuan yang diberikan, serta dapat digeneralisasikan ke populasi yang ada, maka perlu dilakukan kontrol terhadap validitas internal dan eksternal.

Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan pendidikan olahraga Universitas PGRI Palembang, semester dua Tahun ajaran 2018-2019 dengan jumlah 269 mahasiswa. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Menurut Arikunto, Suharsimi (2006;131) apabila subyeknya diambil antara 10-15% atau 20-25%. Jumlah sampel

yang akan digunakan dalam penelitian ini diambil 20 % maka dihasilkan 60 mahasiswa, kemudian dari 60 sampel di tes *motor educability* untuk menentukan tinggi, sedang dan rendah kemudian di ranking dengan kriteria 20 mahasiswa memiliki *motor educability* tinggi, 20 mahasiswa memiliki *motor educability* sedang dan 20 mahasiswa memiliki *motor educability* rendah. Sedangkan kelompok dengan kategori kemampuan *motor educability* sedang tidak dijadikan sampel. Maka total keseluruhan sampel dalam penelitian ini 40 mahasiswa. Data yang diperoleh diolah dengan teknik statistik yang berupa Analisis Varians ( ANAVA), pada taraf signifikansi 5%.

Tabel 2. Pengelompokan Sampel Eksperimen sesuai Rancangan Penelitian

( B ) <i>Motor Educability</i>	( A ) Metode Inklusi	
	AI/ Papan Pelampung	A2/ <i>Pull Buoy</i>
BI/ <i>Motor Educability</i> tinggi	AIBI ( 10 )	A2BI ( 10 )
B2/ <i>Motor Educability</i> rendah	AIB2 ( 10 )	A2B2 ( 10 )

Tabel 3. Nilai Rata-rata Hasil Pembelajaran Renang gaya dada Masing-masing

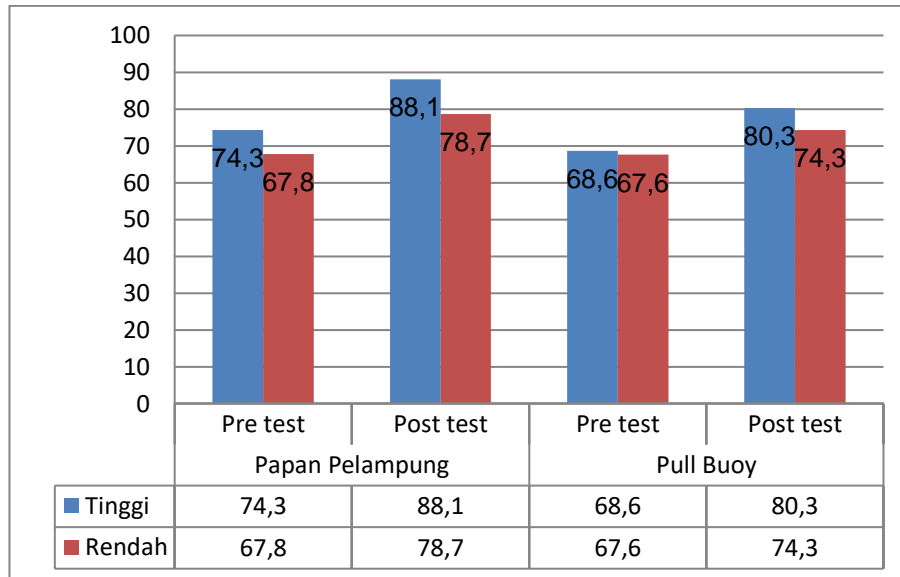
No	Kelompok Perlakuan	Nilai Hasil Belajar keterampilan renang gaya dada
1	AIBI	88,1
2	A2BI	80,3
3	AIB2	78,7
4	A2B2	74,3

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### HASIL PENELITIAN

Nilai hasil pembelajaran keterampilan renang gaya dada masing-masing sel (kelompok perlakuan) ada pada tabel 2. Nilai rata-rata perbedaan hasil belajar keterampilan renang gaya dada yang dibandingkan pada tiap kelompok perlakuan disajikan dalam bentuk histogram pada gambar 1.

Gambar 1. Histogram Nilai Perubahan hasil keterampilan renang gaya dada dengan metode inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy*



Untuk menguji Hipotesis yang menyatakan ada perbedaan pengaruh metode pembelajaran inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* terhadap keterampilan renang gaya dada digunakan uji anova dan diperoleh  $F_{hitung} = 55,5$ . Hasil perhitungan ini dikonsultasikan dengan tabel F dengan  $\alpha = 1$  dan  $\beta = 39$ , dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh  $F_{tabel} = 4,09$ , karena  $F_{hitung} > F_{tabel}$  atau  $55,5 > 4,09$ , sehingga dapat dikatakan ada perbedaan pengaruh metode pembelajaran inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* terhadap keterampilan renang gaya dada.

Untuk menguji Hipotesis yang menyatakan ada perbedaan pengaruh antara *motor educability* tinggi dan rendah terhadap hasil belajar keterampilan renang gaya dada. Diperoleh  $F_{hitung} = 88,49$ . Hasil perhitungan ini dikonsultasikan dengan tabel F dengan  $\alpha = 1$  dan  $\beta = 39$ , dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh  $F_{tabel} = 4,09$ , karena  $F_{hitung} > F_{tabel}$  atau  $88,49 > 4,09$ , sehingga dapat dikatakan ada perbedaan pengaruh *motor educability* tinggi dan rendah terhadap hasil belajar keterampilan renang gaya dada

Untuk menguji Hipotesis yang menyatakan ada interaksi antara metode pembelajaran inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* dan *motor educability* terhadap keterampilan renang gaya dada. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh  $F_{hitung} = 4,313$ . Hasil perhitungan ini dikonsultasikan dengan tabel F dengan  $\alpha = 1$  dan  $\beta = 39$ , dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh  $F_{tabel} = 4,09$ , karena  $F_{hitung} > F_{tabel}$  atau  $4,313 > 4,09$ , sehingga dapat dikatakan ada

interaksi antara metode pembelajaran inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* dan *motor educability* terhadap keterampilan renang gaya dada

Pembahasan hasil penelitian, berdasarkan pengujian hipotesis.

1. Terdapat perbedaan pengaruh yang nyata antara metode inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* terhadap hasil belajar keterampilan renang gaya dada. Hal ini terlihat dari hasil rata-rata pada mahasiswa dengan metode inklusi menggunakan papan pelampung diperoleh rata-rata sebesar 88,1. 80,3 dari nilai mahasiswa dengan metode inklusi menggunakan *pull buoy*. menunjukkan bahwa metode pembelajaran inklusi menggunakan papan pelampung memberikan pengaruh yang lebih tinggi terhadap hasil belajar keterampilan renang gaya dada daripada metode pembelajaran inklusi menggunakan *pull buoy*.
2. Terdapat perbedaan pengaruh antara mahasiswa yang memiliki *motor educability* tinggi dengan mahasiswa yang memiliki *motor educability* rendah terhadap hasil belajar keterampilan renang gaya dada. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada perbedaan *motor educability* tinggi dan *motor educability* rendah terhadap perubahan hasil belajar keterampilan renang gaya dada pada mahasiswa jurusan pendidikan olahraga Universitas PGRI Palembang, terbukti dari hasil uji anova dengan nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$  atau  $88,49 > 4,09$ . Penyebab hasil keterampilan renang gaya dada pada mahasiswa yang memiliki *motor educability* tinggi lebih baik dari pada siswa yang memiliki *motor educability* rendah, karena mahasiswa yang memiliki *motor educability* tinggi berarti memiliki potensi menguasai gerakan dengan baik dan cermat. Sedangkan metode pembelajaran inklusi menggunakan *pull buoy*, mahasiswa dengan tingkat *motor educability* rendah akan mudah menyerap materi selama proses pembelajaran karena setiap gerakan menggunakan *pull buoy* untuk tekanan daya mengapungnya lebih kecil dibandingkan dengan papan pelampung.
3. Terdapat interaksi antara kemampuan *motor educability* mahasiswa dengan metode pembelajaran yang digunakan terhadap keterampilan renang gaya dada. Terjadi interaksi antara metode pembelajaran dengan *motor educability* mahasiswa sebagaimana dijelaskan di atas dapat

digambarkan melalui perbandingan rata-rata skor kemampuan teknik renang gaya dada antara kelompok mahasiswa dengan kategori tinggi dan rendah dengan perlakuan yang sama. Hasil dari pembelajaran untuk keterampilan renang gaya dada dipengaruhi oleh kemampuan *motor educability*. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh  $F_{hitung} = 4,313$ . Hasil perhitungan ini dikonsultasikan dengan tabel F dengan  $\alpha = 1$  dan  $\nu = 39$ , dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh  $F_{tabel} = 4,09$ , karena  $F_{hitung} > F_{tabel}$  atau  $4,313 > 4,09$ .

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, kelompok sampel dengan tingkat *motor educability* tinggi lebih tepat diberikan metode inklusi menggunakan papan pelampung demikian pula dengan kelompok sampel dengan tingkat *motor educability* rendah lebih tepat diberikan metode inklusi menggunakan *pull buoy*.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil simpulan sebagai berikut : 1) Terdapat perbedaan pengaruh antara metode pembelajaran inklusi menggunakan papan pelampung dan *pull buoy* terhadap hasil belajar keterampilan renang gaya dada. 2) Terdapat perbedaan pengaruh antara *Motor educability* tinggi dan rendah terhadap hasil belajar keterampilan renang gaya dada. 3) Terdapat interaksi antara metode pembelajaran inklusi menggunakan papan pelampung serta *pull buoy* dan *motor educability* terhadap keterampilan renang gaya dada.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai berikut :1) Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai metode pembelajaran pada keterampilan renang gaya dada dikarenakan dengan metode pembelajaran menggunakan media ternyata menunjukkan hasil yang lebih baik. 2) Peserta didik dengan *motor educability* tinggi disarankan menggunakan metode pembelajaran inklusi menggunakan papan pelampung sedangkan peserta didik dengan *motor educability* rendah disarankan menggunakan metode pembelajaran inklusi menggunakan *pull buoy*. 3) Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian sejenis, hasil ini hendaknya dapat dipakai sebagai rujukan dan pembanding bagi penelitian selanjutnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Agung Purwandono Saleh, 2008. *Olahraga Renang*. Yogyakarta: Widyadarmas Press.
- Asra, Sumiati. 2008. *Metode Pembelajaran*. Bandung: Wacana Prima.
- Arends, Richard I., *Learning to Teach: Belajar untuk Mengajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corlett, Geoffrey., 1972. *Swimming Teaching (Theory and Practice)*. London: Kaye & Ward.
- C.T, Dewayanti. 2008. *Belajar Renang*. Semarang : CV. Aneka Ilmu.
- Franzini, Ana Lidia dan Assar, Said, 2009. *Student learning Styles Adaptation method Based on Teaching Strategies and Electronik Media. International Journal of Educational Technology & Society*, Vol. 12. No.4 2009. [http://www-public.int-evry.fr/-Assar/pdf/ETS\\_Franzoni-Assar.pdf](http://www-public.int-evry.fr/-Assar/pdf/ETS_Franzoni-Assar.pdf). Diakses Sabtu, 20 Desember 2014 pukul 10.00 WIB.
- Mosston, Muska and Ashwort., S., *Teaching Physical Education*, (4th ed), New York: Mac Millan College Publishing Inc., 1994.
- Nurhasan., *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*, Jakarta : Depdiknas, 2001.
- Lutan Rusli. 2000. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud.
- Semarayasa, I Ketut dkk. 2013. “Pengaruh Metode Pembelajaran dan Tingkat Motor Educability (Me) terhadap Keterampilan Dasar Smash Kedeng dalam Permainan Sepak Takraw di SMPN 4 Kubutambahan”. *Jurnal Online* Vol. 2, No.1, April 2013. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha. Diakses tanggal 14 Maret 2014.
- Sudjana., *Desain dan Analisis Eksperimen*, Bandung: Tarsito, 2004.
- Kemeneppora Republik Indonesia, *Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*, Jakarta: Kemeneppora, 2005.