

PENGARUH GAYA MENGAJAR, RENANG GAYA BEBAS DAN KELENTUKAN TERHADAP RENANG GAYA KUPU-KUPU

Suprayitno*

Abstrak : Tujuan penelitian adalah untuk memperoleh gambaran tentang perbedaan gaya mengajar, keterampilan renang gaya bebas dan kelentukan terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu. Metode eksperimen dengan desain Faktorial $2 \times 2 \times 2$ dan uji lanjut dengan uji tuckey. Hasil penelitian; 1) Terdapat perbedaan antara gaya mengajar inklusi dan resiprokal, 2) Terdapat interaksi antara gaya mengajar, keterampilan renang gaya bebas dan kelentukan, 3) Terdapat perbedaan antara gaya mengajar inklusi dan resiprokal bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi, 4) Terdapat perbedaan antara gaya mengajar inklusi dan resiprokal bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi, 5) Terdapat perbedaan antara gaya mengajar inklusi dan resiprokal bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah, 6) Tidak terdapat perbedaan antara gaya mengajar inklusi dan resiprokal bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah.

Kata Kunci: *Gaya Mengajar, Renang Gaya Bebas, Kelentukan, Renang Gaya Kupu-kupu*

PENDAHULUAN

Pelaksanaan pengajaran renang mengalami perubahan dari satu masa ke masa berikutnya. Bentuk materi berkembang dengan tujuan agar bentuk-bentuk gerakan dan bentuk gaya yang dipelajari dapat berhasil dengan baik. Bentuk gerakan renang terdiri dari gerakan tungkai, gerakan lengan, gerakan mengambil nafas, dan gerakan keseluruhan (Ernest W. Maglischo, 2003: 95). Perbedaan dari masing-masing gaya renang terletak pada teknik gerakannya. Oleh karena unsur gerak dalam renang sangat kompleks, maka dalam pembelajaran renang perlu diperhatikan penggunaan pendekatan atau metode pembelajaran yang tepat. Metode atau gaya mengajar yang tepat ini harus disesuaikan dengan karakteristik pembelajaran yang selalu diupayakan dan dirancang dengan baik.

Keterampilan renang sangat dibutuhkan bagi alumni Prodi PJS, selain untuk mengajar di sekolah baik juga sebagai nilai plus yang dapat di jadikan modal untuk membuka sebuah industri olahraga di bidang akuatik. Matakuliah renang mencakup pembahasan mengenai; 1). Pengenalan air (*breathing*) 2). Meluncur (*front float*) 3). Mengapung (*floating*) 4). Gerakan tungkai (*kicking action*) 5). Gerakan lengan (*arm action*) 6). Gerakan mengambil nafas (*breathing*) 7). Koordinasi gerakan tungkai,

* Penulis adalah Staf Edukatif Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed

lengan dan nafas (*arm breath and kick coordination*) 8). Start 9). Pembalikan 10). Menyentuh finish 11). Injak-injak air (*water trappen*) 12). Loncat Indah dan 13). Peraturan pertandingan dan sistem organisasi pertandingan (M. Murni, 2003: 10).

Berdasarkan hasil survey awal dan yang didukung oleh dosen pengampu matakuliah renang lainnya dari tahun 2004 - 2010, terdapat beberapa temuan yang menjadi fokus perhatian peneliti sehubungan dengan pelaksanaan perkuliahan renang di Prodi PJS. Temuan tersebut adalah kesulitan mahasiswa dalam mempelajari renang gaya kupu-kupu. Kesulitan tersebut dapat dilihat dari proses belajar dari mahasiswa yang terlihat berat dan dari komentar mereka selama belajar renang gaya kupu-kupu. Komentar-komentar mahasiswa Prodi PJS tentang belajar renang gaya kupu-kupu adalah gerakan yang sulit, memerlukan tenaga yang lebih besar, membutuhkan kelentukan yang tinggi dan cepat capek.

Berdasarkan dari analisis kesulitan belajar renang gaya kupu-kupu tersebut, peneliti menemukan kendala dalam belajar renang gaya kupu-kupu dari sisi mahasiswa berdasar informasi dari dosen pengampu mata kuliah renang yaitu: *Pertama*, rendahnya apresiasi mahasiswa terhadap materi renang gaya kupu-kupu yang ditandai dengan menunjukkan sikap bosan dan malas melakukan pengulangan-pengulangan (*drill*) dengan alasan capek. *Kedua*: rendahnya penguasaan renang gaya bebas sebagai teknik gaya renang yang paling dasar, *Ketiga*: mahasiswa kurang berminat untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang olahraga (khususnya renang) dan mengikuti perkembangan olahraga di media masa, hal ini di tunjukkan dengan rendahnya kunjungan ke perpustakaan fakultas maupun universitas, *Keempat*: masih rendahnya mahasiswa yang memiliki kemauan untuk pengayaan diri atau belajar di luar jam perkuliahan dengan belajar renang secara mandiri padahal sarana dan prasarana kolam renang sangat mendukung, hal ini dapat dilihat dari masih rendahnya kunjungan mahasiswa ke kolam renang FIK Unimed untuk menambah latihan mandiri *Kelima*: kurangnya pemanfaatan IT sebagai penambahan wawasan keilmuan, hal ini dapat dilihat dari aktivitas mahasiswa di jejaring sosial (contoh: *facebook, twitter*) yang belum banyak menyentuh ranah diskusi.

Pencapaian tujuan pembelajaran tidak dapat terlepas dari faktor diri mahasiswa sendiri, dosen, sarana dan prasarana serta lingkungannya, termasuk diantaranya mengenai gaya seorang dosen dalam menyampaikan materi pelajaran. Memahami berbagai macam gaya mengajar menjadi satu kebutuhan seorang dosen untuk (a). menghadapi jumlah mahasiswa dan kondisi yang berbeda-beda, (b). tujuan pembelajaran yang mencakup ketiga ranah kognitif, afektif dan psikomotor, dan (c). Pokok masalah dan konteks yang pada waktu memberikan tugas pada suatu pendekatan yang spesifik (M Mosston and Ashwort S, 1981: 249). Dalam proses belajar, siswa/ mahasiswa belajar dengan cara yang berbeda, berasal dari latar belakang budaya yang berbeda serta perbedaan tingkatan dan pengalaman gerakannya. Pencapaian tujuan pembelajaran yang mencakup ranah psikomotor, kognitif dan afektif dapat tercapai dalam pendidikan jasmani dan perbedaan dalam gaya mengajar dapat membantu memudahkan pencapaian tujuan ketiga domain (M Mosston and Ashwort S, 2008: 449).

Peran dosen dalam proses pembelajaran renang di antaranya adalah menentukan dan memilih gaya pembelajaran yang tepat dan efektif agar mahasiswa dapat mengerti dan memahami materi pembelajaran yang disajikan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Kemampuan dosen/ guru memilih dan menyajikan materi pembelajaran ditentukan oleh kemampuan dan pengalamannya dalam pembelajaran (M Mosston and Ashwort S, 2008: 19). Sehubungan dengan itu, maka untuk melakukan proses pembelajaran renang, dipilih gaya pembelajaran yang tepat dan mudah diterapkan kepada mahasiswa, sehingga berbagai gerak dasar dan koordinasi gerakan dapat dikuasai dengan baik dan benar.

Hasil dari pengamatan peneliti yang didukung oleh masukan dosen pengampu matakuliah renang lainnya, bahwa mengajar mahasiswa di setiap daerah pasti memiliki perbedaan dengan mengajar mahasiswa di daerah lain. Dengan memperhatikan karakter yang dimiliki mahasiswanya, dosen pengampu di Prodi PJS tersebut lebih banyak menerapkan/ menggunakan gaya mengajar komando (konvensional) (M Mosston and Ashwort S, 2008: 20) dengan alasan lebih mudah diterapkan, keselamatan, keseragaman, efektif dan efisiensi waktu dan tercapainya tujuan pembelajaran matakuliah renang. Padahal masih banyak lagi gaya mengajar yang dapat digunakan dan lebih memiliki manfaat yang lebih baik jika dibandingkan dengan gaya mengajar komando tersebut. Di dalam gaya mengajar komando tersebut banyak kreativitas mahasiswa yang dipangkas dan kurang memperhatikan potensi setiap mahasiswa.

Dari kesebelas gaya mengajar yang ada tidak ada yang paling baik, melainkan ketepatan atau kecocokan dalam penggunaannya yang terpenting, makin tepat penerapan suatu gaya mengajar yang digunakan dalam proses belajar mengajar, akan semakin efektif terhadap tujuan yang ingin dicapai. Berdasarkan hasil pengamatan tersebut perlu di perhatikan oleh dosen tentang pemilihan gaya mengajar agar proses pembelajaran renang gaya kupu-kupu lebih baik (M Mosston and Ashwort S, 2008: 10).

Efisiensi dan efektivitas pembelajaran renang gaya kupu-kupu juga terkait dengan masalah penguasaan renang dasar (renang gaya bebas) dan kondisi fisik mahasiswa (terutama tingkat kelentukannya). Renang gaya kupu-kupu merupakan gaya renang yang paling sulit dipelajari (Ernest W. Maglischo, 2003: 178). Gaya ini memiliki karakter gerakan secara fisik paling menuntut empat aspek; seperti kecepatan memukul dan memerlukan kekuatan tubuh bagian atas dengan baik, kelentukan bagian bahu, kelentukan panggul, kelentukan pada pergelangan kaki, koordinasi dan daya tahan. Corlett berpendapat bahwa dasarnya gerakan otot (*muscle action*) renang gaya kupu-kupu sama dengan gerakan renang gaya bebas kecuali gerakan lengan dan tungkai pada renang gaya kupu-kupu dilakukan secara berbarengan (*simultaneously*) (Geoffrey Corlett, 1972: 161). Jika dilihat dari samping gerakan renang gaya kupu-kupu memiliki banyak kesamaan dengan renang gaya bebas (*front crawl stroke*) salah satunya adalah pola gerakan lengan yang memiliki pola huruf "S" (Ernest W. Maglischo, 2003: 147). Pembelajaran renang gaya kupu-kupu dalam suatu kelas, siswa diharapkan telah menguasai renang gaya bebas (*front crawl stroke*) akan memberikan tantangan dan peluang positif lebih lanjut mengarah ke pengembangan diri perenang

untuk menguasai tiga gaya renang lainnya (*all-round swimmer*) dan akan memberikan dukungan pada sekolah renang dan perkumpulan renang (Geoffrey Corlett, 1972: 155).

Pada awal pembelajaran renang gaya kupu-kupu terlihat kemampuan renang gaya bebas mahasiswa dan tingkat kelentukan berbeda-beda. Perbedaan tersebut disebabkan karena perbedaan latar belakang aktivitas gerak, kehidupan sosial dan hereditas (genetik). Padahal dalam pembelajaran renang gaya kupu-kupu, keterampilan renang gaya bebas dan kelentukan badan sangat dibutuhkan (Geoffrey Corlett, 1972: 154). Perbedaan tersebut harus mendapatkan perhatian dari dosen selaku pengampu matakuliah renang, karena mahasiswa yang memiliki penguasaan renang gaya bebas dan kelentukan yang rendah cenderung merasa rendah diri dan mudah menyerah menghadapi kesulitan belajar renang gaya kupu-kupu. Berdasarkan hal tersebut perlunya penerapan gaya mengajar yang efektif dan efisien agar keterampilan renang gaya kupu-kupu para mahasiswa dapat dicapai dengan baik.

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang perbedaan pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Terdapat tiga variabel bebas dalam penelitian ini, yaitu gaya mengajar, keterampilan renang gaya bebas dan kelentukan. Sebagai variabel terikat adalah keterampilan renang gaya kupu-kupu (*dolphin*) mahasiswa Program Studi PJS (Pendidikan Jasmani Sekolah pada Jurusan PJKR FIK Universitas Negeri Medan).

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain Faktorial $2 \times 2 \times 2$. Penentuan desain merujuk pada pendapat Sudjana (Sudjana, 1994: 109 – 124), 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 kepada unit-unit eksperimen didalam setiap sel.

Sesuai dengan rancangan penelitian, terdapat tiga macam data yang harus dikumpulkan: (1) data tentang keterampilan renang gaya kupu-kupu, (2). data keterampilan renang gaya bebas dan (3). data kelentukan. Untuk memperoleh tentang data keterampilan renang gaya kupu-kupu, keterampilan renang gaya bebas maupun data tentang kelentukan menggunakan tes dan pengukuran. Untuk mengukur keterampilan renang gaya kupu-kupu dan keterampilan renang gaya bebas, dengan instrumen yang dibuat peneliti, sedangkan untuk kelentukan peneliti menggunakan instrumen tes *trunk extension*.

Analisis data di dalam penelitian ini digunakan teknik analisis varians (anova) dua jalur dengan desain faktorial $2 \times 2 \times 2$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Sebelum melakukan analisa varian, sebagai syarat memenuhi persyaratan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji normalitas sampel dengan *Liliefors*, sedangkan untuk mencari tingkat homogenitas varians populasi dengan menggunakan uji *Barlett*. Selanjutnya, jika terdapat interaksi (hasil dari perhitungan anava) dilanjutkan dengan uji *Tuckey* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat signifikansi F hitung dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di Kolam Renang Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan Jl. Willem Iskandar Pasar V Medan, Provinsi Sumatera Utara tahun 2012. Pelaksanaan penelitian selama 8 minggu, pada bulan Juni – Juli 2012. Jumlah sampel yang diberikan perlakuan adalah 64 orang.

Data hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu yang dipergunakan dalam analisis berupa data dari hasil penilaian proses keterampilan renang gaya kupu-kupu dan waktu tempuh dengan jarak 25 m dengan menggunakan instrumen penilaian yang sudah disiapkan peneliti serta teruji validitas dan reliabilitasnya. Penilaian dilakukan oleh tiga juri terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu yang sebelumnya sudah diberikan materi renang gaya kupu-kupu baik yang menggunakan gaya mengajar inklusi maupun yang menggunakan gaya mengajar resiprokal.

Sebelum melakukan tes, terlebih dahulu orang coba (mahasiswa) diberi kesempatan untuk melakukan pemanasan. Pelaksanaan tes hanya diberi satu kali kesempatan berenang gaya kupu-kupu dengan jarak 25 m dan langsung dilakukan penjurian oleh tiga orang juri dan pengambilan waktu oleh timer. Hasil penjurian ketiga juri tersebut kemudian diambil rata-rata untuk mencari skor proses sebagai data tes dengan cara menjumlahkan hasil ketiga juri kemudian dibagi tiga. Dari hasil keterampilan proses di jumlahkan dengan waktu yang di dapat dengan cara di t-skor terlebih dahulu, setelah itu di jumlahkan dan diperoleh data tes akhir dari perlakuan, sehingga merupakan hasil dari penggunaan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal.

Tabel 1. Rangkuman Hasil Perhitungan nilai \bar{X} dan SD data hasil penelitian

Kelentukan (C)	Renang Gaya Bebas (B)	Gaya Mengajar (A)			
		Gaya Inklusi (A ₁)	Gaya Resiprokal (A ₂)		
Tinggi (C ₁)	Tinggi (B ₁)	$\Sigma X =$	487,33	$\Sigma X =$	412,34
		$\Sigma X^2 =$	29708,56	$\Sigma X^2 =$	21554,21
		$\bar{X} =$	60,92	$\bar{X} =$	51,54
		SD =	1,78	SD =	6,56
		n =	8	n =	8
		$\Sigma X =$	419,63	$\Sigma X =$	453,96
Rendah (C ₂)	Tinggi (B ₁)	$\Sigma X^2 =$	22159,87	$\Sigma X^2 =$	25817,04
		$\bar{X} =$	52,45	$\bar{X} =$	56,75
		SD =	4,61	SD =	2,86
		n =	8	n =	8
		$\Sigma X =$	454,53	$\Sigma X =$	291,11
		$\Sigma X^2 =$	25973,44	$\Sigma X^2 =$	10891,19
		$\bar{X} =$	56,82	$\bar{X} =$	36,39

Suprayitno: Pengaruh Gaya Mengajar, Renang Gaya Bebas Dan Kelentukan Terhadap Renang Gaya Kupu-Kupu

	SD =	4,61	SD =	6,53
	n =	8	n =	8
	$\Sigma X =$	327,68	$\Sigma X =$	353,4
	$\Sigma X^2 =$	13524,2	$\Sigma X^2 =$	15759,68
Rendah (B₂)	$\bar{X} =$	40,96	$\bar{X} =$	44,18
	SD =	3,83	SD =	4,6
	n =	8	n =	8
	$\Sigma X =$	1689,17	$\Sigma X =$	1510,81
	$\Sigma X^2 =$	91366,06	$\Sigma X^2 =$	23729,95
Total	$\bar{X} =$	52,79	$\bar{X} =$	47,21
	SD =	8,425	SD =	9,32
	n =	32	n =	32

Tabel 2. Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: Y

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	4163.515 ^a	7	594.788	27.154	.000
Intercept	159.998.000	1	159.998.000	7.304.340	.000
A	497.067	1	497.067	22.692	.000
A * B * C	99.551	1	99.551	4.545	.037
Error	1.226.653	56	21.905		
Total	165.388.167	64			
Corrected Total	5.390.167	63			

a. R Squared = .772 (Adjusted R Squared = .744)

Tabel 3. Rangkuman Hasil Perhitungan nilai \bar{X} dan SD data hasil penelitian

Kelompok yang Dibandingkan	Q _{hitung}	Q _{tabel}	Keterangan
P ₁ dengan P ₂	5,66	2,36	Signifikan
P ₃ dengan P ₄	2,59	2,36	Signifikan
P ₅ dengan P ₆	12,34	2,36	Signifikan
P ₇ dengan P ₈	1,94	2,36	Tidak Signifikan

P1 = Kelompok keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi dengan gaya mengajar inklusi

- P2 = Kelompok keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi dengan gaya mengajar resiprokal
- P3 = Kelompok keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi dengan gaya mengajar inklusi
- P4 = Kelompok keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi dengan gaya mengajar resiprokal
- P5 = Kelompok keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar inklusi
- P6 = Kelompok keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar resiprokal
- P7 = Kelompok keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar inklusi
- P8 = Kelompok keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar resiprokal

1. Terdapat perbedaan keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal

Berdasarkan hasil analisis varian (ANOVA) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$, didapat $F_o = 22,692$ dan $F_t = 3,99$. Dengan demikian $F_o > F_t$ atau dalam hasil perhitungan dengan program SPSS 20 menunjukkan sig. 0,000 hal ini lebih kecil dari taraf signifikansi yang $\alpha = 0,05$, sehingga ada alasan untuk menolak H_o , dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan, terdapat perbedaan yang nyata antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil keterampilan renang kupu-kupu.

Hasil keterampilan renang gaya bebas setelah diajar dengan menggunakan gaya mengajar inklusi ($\bar{X} = 52,79$; SD = 8,42) lebih baik dari pada gaya mengajar resiprokal ($\bar{X} = 47,21$; SD = 9,32). Ini berarti hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa secara keseluruhan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu dengan menggunakan gaya mengajar inklusi lebih baik dibanding dengan menggunakan gaya mengajar resiprokal.

2. Terdapat interaksi antara gaya mengajar, keterampilan renang gaya bebas dan kelentukan terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu

Berdasarkan hasil analisis varian tentang interaksi antara gaya mengajar, keterampilan renang gaya bebas dan kelentukan terhadap hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu terlihat pada tabel perhitungan anava di atas, bahwa harga hitung F_o interaksi ($F_{ABC} = 4,545$ dan $F_{tabel} = 3,99$ terlihat bahwa fungsi $F_o > F_t$, sehingga ada alasan untuk menolak H_o . Kesimpulannya bahwa terdapat interaksi antara dua gaya mengajar, keterampilan renang gaya bebas dan kelentukan terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu. Dengan kata lain adanya kerjasama antara gaya mengajar (inklusi dan resiprokal), keterampilan renang gaya bebas dan kelentukan terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu.

Dengan terujinya interaksi tersebut, maka selanjutnya perlu dilakukan uji lanjut. Uji lanjut dengan menggunakan uji *tuckey* dimaksudkan untuk mengetahui

tentang: (1) perbedaan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal bagi kelompok yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi; (2) perbedaan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal bagi kelompok yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi; (3) perbedaan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal bagi kelompok yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah; (4) perbedaan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal bagi kelompok yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah.

3. Terdapat perbedaan keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal terhadap bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi

Gaya mengajar inklusi memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu pada kelompok mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dalam analisis varian (ANAVA) dengan menggunakan uji *Tuckey*

Kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi dengan gaya mengajar inklusi (P_1) dibanding dengan kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi dengan gaya mengajar resiprokal (P_2), diperoleh $Q_o = 5,66$ dan $Q_t = 2,36$. Dengan demikian $Q_o > Q_t$, berdasar data tersebut ada alasan untuk menolak H_o , sehingga dapat ditafsirkan bahwa terdapat perbedaan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal bagi kelompok yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi.

Berdasarkan hasil perhitungan, didapat nilai rata-rata bahwa mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi dengan menggunakan gaya mengajar inklusi ($\bar{X} = 60,92$; $SD = 31,78$) lebih baik dari pada gaya mengajar resiprokal ($\bar{X} = 51,54$; $SD = 6,56$) dalam hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu. Dengan demikian hipotesis penelitian dinyatakan bahwa pada kelompok mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi, gaya mengajar inklusi lebih baik dibanding dengan gaya mengajar resiprokal dalam hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu terbukti.

4. Terdapat perbedaan keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi

Gaya mengajar resiprokal memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan gaya mengajar inklusi terhadap hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu

pada kelompok mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dalam analisis varian (ANAVA) dengan menggunakan uji *Tuckey*. Kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi dengan gaya mengajar inklusi gaya (P_3) dibanding dengan kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi dengan gaya mengajar resiprokal (P_4), diperoleh $Q_o = 2,59$ dan $Q_t = 2,36$. Dengan demikian $Q_o > Q_t$, berdasar data tersebut ada alasan untuk menolak H_o , sehingga dapat ditafsirkan bahwa terdapat perbedaan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal bagi kelompok yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi.

Berdasarkan hasil perhitungan, didapat nilai rata-rata bahwa mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi dengan menggunakan gaya mengajar resiprokal ($\bar{X} = 56,75$; $SD = 2,86$) lebih baik dari pada gaya mengajar inklusi ($\bar{X} = 52,45$; $SD = 4,61$) dalam hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu. Dengan demikian hipotesis penelitian dinyatakan bahwa pada kelompok mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi, gaya mengajar resiprokal lebih baik dibanding dengan gaya mengajar inklusi dalam hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu terbukti.

5. Terdapat perbedaan keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah

Gaya mengajar inklusi memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu pada kelompok mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dalam analisis varian (ANAVA) dengan menggunakan uji *Tuckey*.

Kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar inklusi (P_5) dibanding dengan kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar resiprokal (P_6), diperoleh $Q_o = 12,34$ dan $Q_t = 2,36$. Dengan demikian $Q_o > Q_t$, berdasar data tersebut ada alasan untuk menolak H_o , sehingga dapat ditafsirkan bahwa terdapat perbedaan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal bagi kelompok yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan, didapat nilai rata-rata bahwa mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah dengan menggunakan gaya mengajar inklusi ($\bar{X} = 56,82$; $SD = 4,61$) lebih baik dari pada gaya mengajar resiprokal ($\bar{X} = 36,39$; $SD = 6,53$) dalam hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu. Dengan demikian hipotesis penelitian dinyatakan bahwa pada kelompok mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan

kelentukan rendah, gaya mengajar inklusi lebih baik dibanding dengan gaya mengajar resiprokal dalam hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu terbukti.

6. Tidak terdapat perbedaan keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah

Gaya mengajar resiprokal tidak memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan gaya mengajar inklusi terhadap hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu pada kelompok mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah. Hal ini tidak terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dalam analisis varian (ANOVA) dengan menggunakan uji *Tuckey*.

Kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar inklusi gaya (P_7) dibanding dengan kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar resiprokal (P_8), diperoleh $Q_o = 1,94$ dan $Q_t = 2,36$. Dengan demikian $Q_o < Q_t$, berdasar data tersebut tidak ada alasan untuk menolak H_o , sehingga dapat ditafsirkan bahwa tidak terdapat perbedaan hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu antara gaya mengajar inklusi dengan gaya mengajar resiprokal bagi kelompok yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan, didapat nilai rata-rata bahwa mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah dengan menggunakan gaya mengajar resiprokal ($\bar{X} = 44,18$; $SD = 4,60$) tidak lebih baik dari pada gaya mengajar inklusi ($\bar{X} = 40,96$; $SD = 3,83$) dalam hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu. Dengan demikian hipotesis penelitian dinyatakan bahwa pada kelompok mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah, gaya mengajar resiprokal lebih baik dibanding dengan gaya mengajar inklusi dalam hasil keterampilan renang gaya kupu-kupu tidak terbukti.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian relevan yang dilakukan oleh Agung Sunarno pada penelitian hasil belajar lari gawang dan Cucu Hidayat pada penelitian hasil belajar pendidikan jasmani menunjukkan bahwa gaya mengajar inklusi lebih efektif (baik) dibandingkan dengan gaya mengajar latihan. Hasil analisis data penelitian yang dilakukan dengan menggunakan anava faktorial dan dilanjutkan dengan uji *tuckey* terhadap enam hipotesis penelitian yang diajukan, ternyata lima hipotesis teruji kebenarannya dan satu hipotesis tidak teruji kebenarannya secara signifikan. Temuan-temuan penelitian merupakan hasil analisis data statistik yang memerlukan kajian lebih lanjut untuk dapat menjelaskan mengapa ada hipotesis yang diterima dan ada hipotesis yang tidak diterima. Hipotesis yang terbukti secara empirik signifikan sudah sesuai dengan kajian teori yang sudah ada. Sehingga yang perlu dibahas adalah kenapa ada satu hipotesis yang tidak terbukti.

Pada hipotesis yang ke enam (6) Kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar inklusi dibanding dengan kelompok perlakuan yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan rendah dengan gaya mengajar resiprokal tidak terbukti ada perbedaan yang signifikan. Hal ini berarti bahwa gaya mengajar resiprokal ternyata tidak lebih baik jika dibandingkan dengan menggunakan gaya mengajar inklusi dalam pencapaian pembelajaran keterampilan renang gaya kupu-kupu. Karena dengan kelebihan gaya mengajar resiprokal yang membantu terciptanya kerjasama yang baik diantara mahasiswa, mengembangkan kesabaran dan toleransi, adanya timbal balik dalam pemberian dan penerimaan umpan balik, mengembangkan kemampuan memberikan umpan balik secara akurat, perkembangan penghargaan terhadap kejujuran dari pengamat, proses berjalan secara kesinambungan berjalan terus dan melatih mempelajari tugas seseorang akan mempercepat memberikan umpan balik kepada pasangannya. Dengan demikian mahasiswa lebih fokus, produktif dan tidak membuang-buang waktu untuk menghubungkan gerakan setelah selesai latihan bagian demi bagian.

Tetapi secara empirik, perbedaan rata-rata kedua gaya mengajar tersebut tidak bermakna (tidak signifikan), hal ini dapat disebabkan karena tingkat penguasaan gaya bebas yang rendah dan kelentukan yang rendah membuat terhambatnya pembelajaran renang gaya kupu-kupu. Meskipun kelemahan tersebut berusaha di minimalkan dengan menggunakan kelebihan gaya mengajar resiprokal. Serta ketergantungan mahasiswa terhadap kehadiran sosok dosen yang sedemikian besar dalam pembelajaran mata kuliah renang, seolah-olah merupakan sesuatu yang tidak tergantikan. Hal ini mengakibatkan mahasiswa kurang memiliki rasa percaya diri yang cukup dalam pengambilan keputusan untuk kemudian mempelajari materi berikutnya yang tentu akan membutuhkan alokasi waktu dan pengulangan lebih banyak. Keterkaitan dengan hasil penelitian yang relevan menunjukkan bahwa gaya mengajar inklusi memberikan hasil yang lebih baik dalam proses pembelajaran khususnya tentang belajar gerak (olahraga)

Dalam penelitian ini telah diupayakan secara maksimal sesuai dengan kemampuan dari penulis, namun dalam penelitian masih terdapat beberapa keterbatasan, keterbatasan tersebut antara lain; 1) populasi terbatas, 2) sampelnya adalah berasal dari mahasiswa FIK Unimed yang masih aktif kuliah, baik matakuliah teori maupun matakuliah praktek, sehingga aktivitas fisik tidak dapat dikontrol, 3) masih terdapat orang sampel yang tidak serius, 4) sampel putra, 5) adanya faktor-faktor psikologis yang diduga ikut mempengaruhi hasil, 6) adanya faktor fisik lain yang diduga tidak dapat dikontrol.

KESIMPULAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada 5 hipotesis yang terbukti dan ada 1 hipotesis yang tidak terbukti secara empirik. Hipotesis yang terbukti adalah hipotesis ke 1 Secara keseluruhan gaya mengajar inklusi lebih baik daripada gaya mengajar resiprokal terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu, hipotesis ke 2 Terdapat interaksi antara gaya mengajar, keterampilan renang gaya bebas dan

Suprayitno: Pengaruh Gaya Mengajar, Renang Gaya Bebas Dan Kelentukan Terhadap Renang Gaya Kupu-Kupu

kelentukan terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu, hipotesis ke 3 Gaya mengajar inklusi lebih baik daripada gaya mengajar resiprokal terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan tinggi, hipotesis ke 4 Gaya mengajar resiprokal lebih baik daripada gaya mengajar inklusi terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas rendah dan kelentukan tinggi, Hipotesis ke 5 Gaya mengajar inklusi lebih baik daripada gaya mengajar resiprokal terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya bebas tinggi dan kelentukan rendah.

Hipotesis yang tidak terbukti adalah hipotesis ke 6 Gaya mengajar resiprokal tidak lebih baik daripada gaya mengajar inklusi terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu bagi mahasiswa yang memiliki keterampilan renang gaya rendah dan kelentukan rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, L.W. et al., *A Taxonomy for learning, teaching and assessing: A Revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. New York: Longman, 2001.
- Arends, Richard I., *Learning to Teach: Belajar untuk Mengajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2008.
- Corlett, Geoffrey., *Swimming Teaching (Theory and Practice)*. London: Kaye & Ward., 1972.
- Djaali. *Buku Pedoman Penulisan Tesis dan Disertasi*. Jakarta: Program Pascasarjana UNJ, 2012.
- Maglischo Ernest W., *Swimming Fastest*. USA: Human Kinetics, 2003.
- Mosston, Muska., *Teaching Physical Education (2nd ed)*. Columbus, OH: Merrill,1981.
- Mosston, Muska and Ashwort., S., *Teaching Physical Education* ,(4th ed), New New York: Mac Millan College Publishing Inc., 1994.
- Mosston, Muska and Ashwort., S., *Teaching Physical Education (Fisrt Online Edition)*, webmaster@spectrumofteachingstyle.org, 2008.
- Murni, Muhammad., *Renang*: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan; Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Jakarta: 1999
- Sudjana., *Desain dan Analisis Eksperimen*, Bandung: Tarsito, 1994.
- _____, *FINA Hand Book 2005-2009*. FINA: Astral Pool, 2005.

