

# PENGEMBANGAN MODEL GERAK DASAR RENANG BERBASIS PERMAINAN UNTUK ANAK USIA 5-6 TAHUN

Rizki Kurniati<sup>1</sup>, Danang Pujo Broto<sup>2</sup>

Universitas Pembinaan Masyarakat Indonesia, Universitas Negeri Yogyakarta  
*rizkikurniati.upmi@gmail.com, danang\_pb@uny.ac.id*

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk; mengembangkan model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini adalah penelitian pengembangan menggunakan *Research and Development* dari *Borg and Gall*. Subjek Penelitian adalah anak TK berusia 5-6 tahun di Kota Palembang. Dari hasil uji coba skala kecil dilakukan kepada 20 orang subjek. Pada hasil uji coba skala besar dilakukan kepada 60 orang subjek. Sedangkan pada hasil uji efektivitas produk utama dilakukan kepada 80 orang. Permainan secara keseluruhan dinyatakan layak dan efektif dalam mengembangkan pembelajaran renang melalui permainan untuk anak usia 5-6 Tahun. Hasil penelitian ini mengembangkan lebih dari 10 permainan baru. Hasil penelitian ini berupa buku permainan yang berdasarkan gerak dasar renang. Antara lain; (1) gelembung udara, (2) Celep Muka, (3) Tepuk Air, (4) Puzzel Huruf, (5) Kapal layar, (6) Motor boat, (7) Mendorog bola, (8) Halang rintang, (9) Puzzel Air, (10) Melewati Goa, dan (11) Lumba-lumba. Hasil penelitian membuktikan bahwa: Pengembangan model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak usia 5-6 tahun telah dinyatakan valid oleh ahli belajar motorik, ahli aktifitas fisik dan praktisi pendidikan anak usia dini. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model gerak dasar renang berbasis permainan terbukti 85% dapat meningkatkan kemampuan renang dan membangun rasa kepercayaan diri serta keberanian.

**Kata Kunci:** Gerak dasar, renang, permainan, anak usia 5-6 tahun.

Aktivitas air diberikan sebelum anak mempelajari teknik gerak renang. Aktivitas akuatik dalam pengenalan air meliputi gerak dasar, sikap, dan keamanan air untuk mempersiapkan anak belajar teknik gerak renang. Gerak dasar yang dimaksud adalah pondasi gerak untuk belajar renang, yang terdiri atas cara masuk ke air, daya apung tubuh di air, gerakan tungkai, keseimbangan tubuh di air, gerak lengan, dan kontrol nafas. Sikap dasar yang dibentuk melalui aktivitas pengenalan air adalah berani, mematuhi peraturan, dan partisipasi aktif. Pemahaman dasar yang diharapkan dapat dicapai anak melalui aktivitas pengenalan air, yaitu pemahaman terhadap prosedur kelas, peraturan kolam renang, peraturan permainan, instruksi guru, dan pelaksanaan gerak dasar.

Aktivitas air melalui pembelajaran renang sudah menjadi program di beberapa TK (Taman Kanak-kanak). Pelaksanaan pembelajaran menggunakan kolam renang milik sekolah bagi TK yang memiliki fasilitas kolam renang. TK yang belum memiliki kolam renang pada periode waktu tertentu menyewa kolam renang umum. Hal tersebut mengindikasikan bahwa guru TK maupun orang tua murid menyadari kebutuhan mengenalkan siswa pada lingkungan bermain di air. Ketika peneliti melakukan wawancara terhadap salah seorang guru TK terdapat pernyataan, "Permainan di

---

<sup>1</sup> Rizki Kurniati: Dosen FKIP Universitas Pembinaan Masyarakat Indonesia

<sup>2</sup> Danang Pujo Broto: Dosen FIK Universitas Negeri Yogyakarta

air diperlukan anak untuk melatih kepercayaan diri, selain itu anak dapat bermain secara menyenangkan”. Guru merasa perlu menyelenggarakan aktivitas bermain di air pada siswa untuk merangsang kepercayaan diri, keberanian, keseimbangan dan perkembangan sosial emosional.

Pada waktu wawancara berlangsung, peneliti menanyakan tanggapan guru kelas apabila diadakan model gerak dasar renang dengan ketentuan guru kelas sebagai pengajar. Terdapat dua macam jawaban dari total 15 guru yang berasal dari tiga sekolah, yaitu; setuju dan tidak setuju. (1) pertama jawaban tidak setuju diberikan oleh 3 guru (20%), sedangkan 12 guru (80%) menjawab setuju. Alasan ketiga guru tidak setuju karena guru tidak memiliki keterampilan renang dan belum pernah melakukan pembelajaran motorik di kolam renang. Oleh karena itu banyak sekolah yang tidak melaksanakan pembelajaran aktivitas air. Adapun perbandingan dari pembelajaran aktivitas air secara konvensional dan model inovasi yang akan dikembangkan.

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran yang telah ada tidak mencapai tujuan dari perkembangan fisik motorik khususnya gerak dasar anak usia 5-6 tahun dengan pendekatan berbasis permainan air. Sedangkan pada model yang akan dikembangkan mengarah jelas kepada tujuan yang akan dicapai. Penelitian ini akan mengembangkan model gerak dasar renang berbasis permainan yang disesuaikan dengan karakteristik anak usia 5-6 tahun. Model yang dihasilkan diharapkan mampu merangsang perkembangan fisik-motorik, kognitif, sosio-emosional anak untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak.

Pengembangan model gerak dasar renang dilengkapi dengan aturan keselamatan untuk memperkenalkan pada anak tentang cara aman bermain di air. Model yang telah dikembangkan diharapkan memberikan referensi bagi guru tentang variasi model pengenalan air sehingga memudahkan guru mengaplikasikan model gerak dasar gerak dasar berbasis permainan. Guru diharapkan menyelenggarakan model dalam kegiatan belajar mengajar agar semua anak memiliki pengalaman bermain di air secara aman.

### ***Konsep Pengembangan Model***

Model adalah representasi, formalisasi atau visualisasi. Model juga dapat menunjukkan gambaran utuh dari sesuatu yang akan dikerjakan dan hasil yang akan dicapai. Menurut Harjanjo, (2011; 122) model adalah sesuatu yang menggambarkan pola berpikir. Sebuah model biasanya menggambarkan keseluruhan konsep yang saling berkaitan. Model bisa dianggap sebagai suatu upaya mengkonkretkan sebuah teori sekaligus juga merupakan sebuah analogi dan representasi dari variabel-variabel yang terdapat dalam teori tersebut.

Dalam pengembangan model terdapat beberapa model yang sering digunakan dalam penelitian pengembangan (*Research and Development*). Berikut adalah beberapa model yang sering digunakan tersebut, diantaranya yaitu (1) model pengembangan dick dan carey, (2) model

pengembangan perangkat menurut KEMP, (3) model pengembangan instructional (MPI), (4) model pengembangan ADDIE, (5) model pengembangan IDI, (6) model pengembangan ASSURE, (7) model pengembangan 4D, (8) model pengembangan sugiyono, dan (9) model pengembangan Borg dan Gall (Rusman,2011 ; 148).

Berangkat dari teori dan beberapa model yang telah dijelaskan maka peneliti memilih rancangan model pengembangan dari Borg dan Gall yang terdiri dari 10 tahapan. Adapun alasan peneliti memilih model dari Borg dan Gall tersebut adalah sebagai berikut : (1) mampu mengatasi kebutuhan nyata dan mendesak melalui pengembangan solusi ats suatu masalah sembari menghasilkan pengetahuan yang bisa digunakan di masa dating; (2) mampu menghasilkan suatu produk/model yang memiliki nilai validasi tinggi, karena melalui serangkaian uji coba lapangan dan divalidasi oleh ahli; (3) mendorong proses inovasi/model yang tiada henti sehingga diharapkan akan selalu ditemukan model/produk yang selalu aktual dengan tuntutan kekinian; dan (4) merupakan penghubung antara penelitian yang bersifat teoritis dan lapangan.

### ***Konsep Model Yang Dikembangkan***

Konsep pengembangan model adalah sebuah ide proses pengembangan untuk menghasilkan sesuatu. Menurut Tangkudung konsep model yang dikembangkan yakni merupakan konsep dasar seseorang peneliti untuk mendasari pengembangan model yang akan dilakukan (Tangkudung, 2016; 11). Dalam penelitian dan pengembangan ini, ide yang akan dibuat atau dihasilkan adalah buku, yang selanjutnya diistilahkan model pengembangan pembelajaran renang berbasis permainan air. Model pengembangan ini adalah permainan-permainan yang harus tersusun dalam suatu urutan sesuai dengan kebutuhan anak, serta pola perkembangan anak.

Dengan memadukan dua gerakan atau lebih gerakan dasar seperti berjalan, berlari, melempar, melompat, dan ayunan yang bertujuan pada keterampilan motorik anak. Pengembangan keterampilan motorik pada anak usia 5-6 Tahun melalui aktivitas jasmani, seperti belari, melompat, melempar serta kegiatan bermaina lainnya yang menggunakan otot-otot besar dan kecil (Schmidt & Wrisberg, 2004; 64).

Dengan demikian pembelajaran fisik-motorik anak usia dini sebagai salah satu satu stimulus/ rangsangan kepada anak agar anak dapat bergerak aktif berdasarkan usia dan tahap perkembangannya. Rangsangan pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia 5-6 Tahun dapat dilakukan dengan bermain. Konsep permainan anak usia 5-6 Tahun diterapkan dengan konsep permainan yang meberikan kesempatan kepada anak untuk bergerak bebas. Konsep dari perkembangan model gerak dasar renang berbasis permainan air adalah menggunakan air sebagai salah satu alat/ media dalam proses permainan.

Air digunakan sebagai media yang baik dalam merangsang perkembangan anak baik itu dalam membangun kepercayaan diri, keterampilan motorik, koordinasi mata tangan, dan meningkatkan kebugaran. Konsep dari pengembangan model ini adalah menggunakan alat-alat yang sederhana, yang tersedia di lingkungan sekitar. Misalnya penggunaan balon, botol, baskom, pelampung, sponse, bendera, dan alat lainnya yang dapat dimanfaatkan sebagai peralatan, kemudian dikombinasikan dengan permainan yang akan dikembangkan.

Dalam pengembangan model gerak dasar berenang berbasis permainan menggunakan konsep model Borg and Gall. Kelebihan dari model Brog and Gall pengembangan model yang dilakukan sangat akurat karena setiap tahap uji coba selalu dilakukan evaluasi secara menyeluruh, bahkan uji cobanya dilakukan dengan beberapa tahap-tahap yang dimulai dari tahap subjek paling kecil sampai kepada subjek yang paling besar. Maka dengan melalui proses pengembangan seperti ini produk yang dihasilkan tidak diragukan lagi kebermaknaannya.

### ***Pembelajaran***

Pembelajaran anak usia dini/TK pada hakikatnya adalah pembelajaran yang berorientasi bermain (belajar sambil bermain dan bermain sambil belajar), pembelajaran yang berorientasi perkembangan yang lebih banyak memberi kesempatan kepada anak untuk dapat belajar dengan cara-cara yang tepat. Pendekatan yang paling tepat adalah pembelajaran yang berpusat pada anak.

Menurut Majid pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses interaksi antara anak dengan anak, anak dengan sumber belajar, dan anak dengan pendidik (Abdul Majid, 2014; 15). Kata pembelajaran merupakan terjemahan dari “*instruction*”, yang banyak dipakai dalam dunia pendidikan di Amerika Serikat. Istilah ini banyak dipengaruhi oleh aliran Psikologi, yang menempatkan siswa sebagai sumber dari kegiatan (Wina Sanjaya, 2011; 3). Pembelajaran adalah suatu proses interaksi siswa dengan pendidik dengan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar (Rahayubi, 2012; 4).

Menurut Rosdiani mendefinisikan “pembelajaran adalah proses interaksi siswa dengan lingkungannya, sehingga terjadi perilaku ke arah yang lebih baik (Rosdiani, 2013; 45). Menurut Dwiyoogo pembelajaran merupakan “bagian dari pendidikan dan spesifik, proses dimana lingkungan seseorang dengan sengaja dikelola agar dapat belajar atau melibatkan diri dalam perilaku yang spesifik dengan kondisi tertentu ataupun ia dapat memberikan respons terhadap situasi yang spesifik (Wasis Dwiyoogo, 2010; 45).

Pengembangan model gerak dasar merupakan salah satu bentuk dari penerapan pendekatan sistem dalam kegiatan pembelajaran yang notabene adalah suatu proses sistematis yang menghasilkan suatu sistem pembelajaran yang siap untuk digunakan dengan tepat. Model gerak dasar merupakan rangkaian komponen-komponen strategi pembelajaran yang terintegrasi dalam

beberapa komponen diantaranya yaitu: (1) pentahapan dan urutan ide isi materi; (2) penggunaan contoh; (3) penggunaan praktik; dan (4) penggunaan strategi yang berbeda-beda.

### **Gerak Dasar**

Gerak fundamental merupakan dasar gerak manusia yang terus berkembang sesuai dengan pertumbuhan, pengalaman, adaptasi dan kematangan seorang individu. Dalam buku Sport New Zealand dijelaskan bahwa (Sport New Zealand, 2012; 3):

*“This resource groups skills and activities under three fundamental movement skill categories:*

- 1) Locomotor skills involve the body moving in any direction from one point to another. Locomotor skills in this resource include walking, running, dodging, jumping, hopping and skipping.*
- 2) Stability skills involve the body balancing either in one place (static) or while in motion (dynamic). Stability skills in this resource include landing, balance (static and dynamic) and rotation.*
- 3) Manipulative skills involve handling and controlling objects with the hand, the foot or an implement (stick, bat or racquet). Manipulative skills in this resource include throwing and catching, striking with the hands, feet and an implement (e.g. kicking, volleying, batting and dribbling).”*

Pernyataan di atas menjelaskan bahwa *fundamental skill* merupakan kemampuan gerak dasar yang terdiri dari gerak lokomotor, non lokomotor (stability) dan manipulatif. Gerak lokomotor terdiri dari *walking, running, dodging, jumping, hopping and skipping*. Gerak non lokomotor terdiri dari *landing, balance (static and dynamic) and rotation*. Sedangkan gerak manipulatif terdiri dari *throwing and catching, striking with the hands, feet and an implement*. Gallahue menyatakan bahwa keterampilan gerak dasar lokomotor, yaitu: *“Total body movement in which the body is propelled in an upright posture from one point to the another in a roughly horizontal or vertical direction, movement such walking, running, hopping, galloping, leaping, sliding and jumping”* (Gallahue&Ozmun,2006; 13).

Maksudnya adalah keterampilan dasar lokomotor adalah gerakan tubuh yang terjadi karena tubuh menggerakkan posisi badan yang semula tegak menjadi bergerak ke suatu tempat ke tempat lain dengan arah horizontal maupun vertical yang terdiri dari berjalan, berlari, melonjat dan melompat. Dapat disimpulkan bahwa gerak dasar merupakan gerak yang terdiri dari gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif.

### **Belajar Gerak**

Belajar gerak pada dasarnya adalah suatu proses belajar yang memiliki tujuan untuk mengembangkan berbagai keterampilan gerak yang optimal secara efektif dan efisien. Edward mengatakan bahwa belajar gerak itu adalah belajar motorik adalah suatu proses dalam memperoleh

keterampilan motorik. Dalam mempelajari keterampilan motorik ini melalui pertumbuhan dan perkembangan yang normal.

Banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik dan dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori, yaitu (1) pelajar/subjeknya, (2) keterampilan yang akan dipelajari, dan (3) kondisi dimana keterampilan yang dipelajari. Ketiga faktor tersebut memainkan peran penting dalam meningkatkan kemampuan motoric (Edward, 2011; 9-10). Menurut Magil, belajar motorik merupakan studi tentang kemampuan motorik, peningkatan kinerja belajar keterampilan motorik untuk meningkatkan pengalaman gerak, atau memperoleh kembali keterampilan yang sulit untuk dilakukan atau tidak dapat dilakukan karena cedera, penyakit dan sejenisnya. Yang menarik adalah perubahan perilaku dan/atau neurologis yang terjadi pada seseorang saat mempelajari keterampilan motorik dan variabel lain yang mempengaruhi perubahan tersebut (Magill, 2011; 3).

Proses belajar motorik yang terjadi antara lain: (1) tahap menerima dan memproses masukan, (2) proses kontrol dan keputusan, dan (3) unjuk kerja keterampilan motoric (Gallahue & Ozmun, 2006; 10). Pelaku gerak sedang mempelajari cara melakukan suatu tugas gerak. Tahap latihan merupakan tahap mengekspresikan pola gerak yang telah terbentuk dalam sistem memori. Ekspresi gerak yang ditampilkan secara bertahap akan mengalami peningkatan efektivitas dan stabilitas apabila terus dilatih dengan frekuensi, intensitas, dan tempo yang tepat. Secara fisiologis, intensitas pengulangan gerak akan menentukan masa ketetapan hubungan antara dendrit dan *axon* pada sistem saraf yang merupakan penghubung reseptor dengan efektor.

Dapat disimpulkan bahwa, tahap akhir proses pembelajaran motorik adalah tahap otonomi. Ciri khas tahap otonomi, yaitu sudah terbentuk gerak otomatis karena pelaku gerak telah menguasai keterampilan gerak. Pemikiran urutan gerak yang harus dilakukan sudah tidak diperlukan sehingga pelaku gerak dapat menerima tugas lain. Keterampilan gerak masih memiliki kemungkinan untuk ditingkatkan. Latihan tetap diperlukan pada tahap otonomi untuk meningkatkan kualitas gerak.

### **Renang**

Pengertian renang secara umum menurut Badruzaman, dkk (2007: 13) "*the floatation of an object in a liquid due to its buoyancy or lift*", yang lebih kurang maknanya adalah "upaya mengapungkan atau mengangkat tubuh ke atas permukaan air". Secara lebih rinci menurut Badruzaman, dkk (2007: 13) berpendapat bahwa "*Swimming is the method by which humans (or other animals) movethemselves through water*", yang memiliki arti "suatu cara dilakukan orang atau binatang untuk menggerakkan tubuhnya di air".

Menurut Muhajir (2007: 166) "renang adalah olahraga yang menyehatkan, sebab hampir semua otot tubuh bergerak sehingga seluruh otot berkembang dengan pesat dan kekuatan perenang bertambah meningkat". Sedangkan menurut Annayanti Budiningsih (2010: 2) yang dimaksud

dengan “renang adalah salah satu olahraga air yang dilakukan dengan menggerakkan badan di air, seperti menggunakan kaki dan tangan sehingga badan terapung di permukaan air”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa berenang merupakan aktivitas yang dilakukan di air dengan menggerakkan seluruh anggota tubuh.

### **Permainan**

Menurut Santrock permainan adalah bagian mutlak dari kehidupan anak dan permainan merupakan bagian integral dari proses pembentukan kepribadian anak (Santrock, 2007; 35). Selanjutnya Furqon menuturkan bahwa permainan ada dua pengertian. Pertama, *prmainan* adalah sebuah aktifitas bermain yang murni mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah. Kedua, permainan diartikan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai pencarian menang-kalah (Furqon, 2006; 12).

Lain halnya dengan Tedjasyaputra mendefinisikan prmainan sebagai suatu aktifitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional (Mayke, S.Tedjasaputra, 2006; 26). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa definisi permainan adalah suatu aktifitas yang dilakukan oleh beberapa anak untuk mencari kesenangan yang dapat membentuk proses *kepribadian anak* dan membantu anak mencapai perkembangan fisik, intelektual, sosial, moral dan emosional. Setiap anak menyukai air, salah satu contohnya adalah berenang. Salah satu keahlian yang paling penting dapat ditanamkan pada anak sejak dini. Kegiatan bermain yang dilakukan di air dapat meningkatkan rasa percaya diri anak secara tidak langsung dapat melatih anak dalam mengurangi rasa takut. Sebelum masuk pada materi permainan air, anak usia 5-6 tahun harus dipekenalkan dengan pengenalan air. Hal ini agar anak-anak dapat beradaptasi dengan mudah terhadap lingkungan air.

Bermain air memberikan manfaat sosial. Belajar permainan baru mengembangkan keterampilan anak-anak mendengarkan dan perkembangan kognitif. Permainan juga menyediakan lingkungan yang positif dalam membantu anak-anak bahkan anak yang pemalu, serta meningkatkan interpersonal anak. Berhasil berinteraksi dengan orang lain membantu anak memperoleh kepercayaan diri. Selain itu permainan yang membutuhkan anak-anak untuk menggunakan imajinasi mereka mendorong peserta untuk mengekspresikan ide-ide dan berbagi kreativitas dengan orang lain.

### **METODE**

Rancangan penelitian ini peneliti mengacu pada model pengembangan (*research and development*) Borg and Gall. Dari sepuluh langkah yang ada beberapa dimodifikasi oleh peneliti sesuai kebutuhan. Menurut Borg and Gall (2007: 590) Langkah-langkah yang diambil (1) Analisis

kebutuhan dan observasi lapangan, (2) Menyusun Rencana Penelitian, (3) Pengembangan produk awal, (4) Uji coba Tahap awal, (5) Revisi produk awal, (6) Uji lapangan utama (7) Revisi produk (8) Uji utama untuk melihat hasil efektivitas produk, (9) Revisi akhir dan (10) Diseminasi dan implementasi.

Subjek penelitian ini adalah siswa 6 Taman Kanak-Kanak yang diambil menggunakan teknik *random sampling*. Jenis data yang dihasilkan berupa data kuantitatif dan data kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari data hasil dari tinjauan saran dan masukan para ahli. Data kuantitatif menggunakan teknik analisis kuantitatif deskriptif dengan persentase dan statistik Uji T pada uji efektifitas produk. Subjek yang terlibat dalam pengembangan ini adalah sebagai berikut: (1) subjek sebagai penelitian awal (analisis kebutuhan) dilakukan wawancara terhadap 15 orang guru dari tiga sekolah, (2) subjek evaluasi ahli terdiri dari 2 orang ahli motorik, 2 orang ahli pendidikan jasmani (3) subjek uji coba adalah 20 anak dari TK Amalia, (4) Subyek uji coba lapangan adalah 60 anak dari dua sekolah, TK Mahardika dan PAUD Mandiri (5) subjek uji utama pada uji efektifitas adalah 80 anak dari tiga sekolah, TK Pembina, TK Ar-Raiha, dan PAUD Lembaga tunas pertiwi. Pada uji efektifitas tes yang digunakan adalah kemampuan berenang.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Hasil Peneliti melakukan penelitian awal atau analisis kebutuhan berdasarkan observasi dan wawancara dapat diketahui bahwa; Pada waktu wawancara berlangsung, peneliti menanyakan tanggapan guru kelas apabila diadakan model pengenalan air dalam pembelajaran dengan ketentuan guru kelas sebagai pengajar. Terdapat dua macam jawaban dari total 15 guru yang berasal dari tiga sekolah, yaitu; setuju dan tidak setuju. (1) pertama jawaban tidak setuju diberikan oleh 3 guru (20%), sedangkan 12 guru (80%) menjawab setuju. Alasan ketiga guru tidak setuju karena guru tidak memiliki keterampilan renang dan belum pernah melakukan pembelajaran motorik di kolam renang.

Setelah melakukan tahap pengumpulan data dan pembuatan draf model gerak dasar, langkah selanjutnya adalah dengan melakukan uji ahli. Pendapat ahli dikumpulkan dengan menggunakan angket yang berisi pertanyaan dan saran. Berdasarkan uji ahli yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa variasi model gerak dasar renang berbasis permainan air layak dan dapat digunakan dan menghasilkan 28 variasi model gerak dasar.

Langkah selanjutnya setelah 28 model mengalami revisi dari ahli maka di lanjutkan dengan uji kecil terbatas dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 20 anak yang berasal dari Taman kanak-kanak di kota Palembang. Berdasarkan evaluasi uji coba terbatas yang dilakukan dapat disimpulkan: 1) penyusunan tingkat kesulitan dimulai dari gerakan dan permainan dari yang

mudahke yang sulit, dari hal yang ringan ke berat, dan sederhana ke kompleks. 2) pengoptimalan waktu pelaksanaan dan keamanan.

Langkah selanjutnya setelah 28 permainan mengalami revisi dari ahli maka di lanjutkan dengan uji coba utama dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 60 anak yang berasal dari Taman Kanak-Kanak. Menurut pendapat dari para ahli pada pengembangan model gerak dasar yang telah diujicobakan dalam uji coba utama (*field testing*), ternyata penggunaan model yang telah dikembangkan tidak ada yang perlu direvisi karena semua aspek sudah memenuhi standar untuk digunakan sehingga dapat dilaksanakan uji coba produk dengan menguji efektifitas dan efisiensi dalam proses pembelajaran

Langkah selanjutnya Uji Coba operasional (uji coba efektivitas) uji ini melibatkan khalayak lebih luas. Tujuan utama langkah ini yaitu: seberapa efektifkah hasil penerapan desain model tersebut terhadap tujuan penelitian. Penelitian pada tahap ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan rancangan penelitian pra-eksperimen berbentuk *the one group pretest-posttest design*.

Tabel 1.  
Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model

Subyek	<i>Pre-test</i>	Perlakuan	<i>Post-test</i>
R	O <sub>1</sub>	P	O <sub>2</sub>

Hasil uji efektifitas model yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan melakukan tes keterampilan berenang di 4 sekolah. Keseluruhan total subjek berjumlah 80 anak diberikan perlakuan dengan menggunakan model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak 5-6 tahun. Diberikan selama 5 lima kali pertemuan. Berikut ini adalah hasil uji efektifitas model tersebut:

Tabel 2.  
*Paired Samples Statistics Pretest dan Posttest*

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean	Percentage%
Pair 1 Pretest	7.2850	80	6.76676	.66992	15%
Posttest	9.5750	80	8.25204	.83042	85%

Berdasarkan tabel di atas bahwa nilai rata-rata hasil skor tes berdasarkan observasi sebelum diberikan model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak usia 5 – 6 tahun adalah 7.2850 sebelum posttest dan setelah diberikan perlakuan peningkatan menjadi 9.5750. Percentase sebelum perlakuan 15% (12 anak) yang dapat mengikuti tes, sedangkan sesudah perlakuan 85% (68 anak)

yang berhasil mengikuti tes. Hal ini membuktikan bahwa model gerak dasar renang berbasis permainan dapat mendekati sasaran yang telah ditentukan dan tujuan dari permainan ini tercapai.

Tabel 3.

Hasil *Paired Samples Test Pre Test dan Post Test Paired Samples Test*

		Paired Differences			95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error	Lower	Upper				
Pair 1	Pretest - 3.850	5.67502	.76602	1.36125	4.33875	6.872	79	.000	
	Posttest 00								

Dalam uji signifikansi perbedaan dengan menggunakan SPSS didapat Mean= 3.850 menunjukkan selisih dari pretest dan posttest, hasil t-hitung =6.872, df = 79 dan p-value = 0.00 < 0.05 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah adanya perlakuan model gerak dasar renang berbasis permainan.

Berdasarkan Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nursita Utami (2014) Penelitian bertujuan menghasilkan model pengenalan air melalui aktivitas bermain bagi siswa TK (Taman Kanak-kanak) kelompok B. Model pengenalan air mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor yang sesuai dengan kurikulum dan karakteristik siswa TK kelompok B. Hasil penelitian berupa model pengenalan air bagi siswa TK yang terdiri dari 6 permainan, yaitu: (1) bola warna, (2) air tumpah, (3) harta karun, (4) mandi pagi, (5) hewan laut, dan (6) balap donat dan kacang. Model disusun dalam buku pedoman berjudul "Jelajah Air".

Berdasarkan studi dokumentasi terdahulu dapat disimpulkan bahwa aktivitas permainan air sangat berpengaruh besar pada fisik motorik anak usia dini, oleh karena itu peneliti mengacu pada penelitian tersebut mengembangkan lebih luas pada pengembangan model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak usia 5 – 6 tahun. Penelitian ini dilakukan oleh peneliti untuk membantu dalam meningkatkan fisik motorik serta rasa percaya diri dan keberanian anak di air. Dengan demikian anak-anak dapat melakukan olahraga renang dengan menyenangkan tanpa ada rasa takut dan tidak percaya diri. Model ini dikembangkan berdasarkan analisis kebutuhan, harapannya dapat menjadi salah satu referensi bagi guru, pelatih dan orang tua akan informasi aktivitas air yang menyenangkan.

Hasil penelitian ini mengembangkan lebih dari 10 permainan baru. Hasil penelitian ini berupa buku permainan yang berdasarkan gerak dasar renang. Antara lain; (1) gelembung udara, (2) Celep Muka, (3) Tepuk Air, (4) Puzzel Huruf, (5) Kapal layar, (6) Motor boat, (7) Mendorog bola, (8)

Halang rintang, (9) Puzzel Air, (10) Melewati Goa, dan (11) Lumba-lumba. Permainan ini memiliki beberapa keunggulan, antara lain: (1) Dapat meningkatkan perkembangan fisik-motorik khususnya gerak dasar di air untuk anak usia 5-6 tahun, (2) Permainan air yang dikembangkan dapat menjadi salah satu model dalam membangun rasa percaya diri, keberanian, stabilisasi di air, adaptasi air bagi anak usia 5-6 tahun, (3) Permainan air yang dikembangkan dapat menjadi salah satu model pengenalan air sebelum anak belajar berenang, (4) Materi motorik yang disusun sesuai dengan kebutuhan gerak anak di usia 5-6 tahun terdiri dari gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, manipulative yang dikemas dalam bentuk aktifitas air, dan (5) Anak menjadi lebih aktif, gembira dan antusias sehingga tidak menimbulkan kebosanan.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak usia 5 – 6 tahun, maka dapat disimpulkan bahwa: (1) Penelitian ini telah menghasilkan sebuah produk buku berupa model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak usia 5 – 6 tahun yang diberi nama “*AQuatik Fun Games*”, dan (2) Berdasarkan hasil uji efektifitas model gerak dasar renang berbasis permainan, terbukti bahwa hasil produk memiliki efektifitas yang sangat baik sesudah perlakuan. Hal ini dapat terlihat dari hasil persentase keberhasilan sebesar 85% artinya 68 orang anak berhasil dalam tes yang diberikan. Hal tersebut juga dapat ditunjukkan dengan hasil uji-t menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan. Jadi, model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak usia 5 – 6 tahun efektif untuk mencapai tujuan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdul Majid. 2014. *Pembelajaran Tematik Terpadu*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Annayanti Budiningsih. 2010. *Berenang Gaya Bebas*. Kudus: PT. Pura Barutama.
- Badruzaman, dkk. 2007. *Media dan Sumber belajar TK*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- D.Rosdiani. 2013. *Model gerak dasar Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Furqon, M. H. 2006. *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Gallahue & Ozmun. 2006. *Understanding Motor Development*, 6<sup>th</sup> ed. New York: Mc Graw Hill.
- Gall, Meredith D., Gall, Joyce P., & Borg, Walter R. 2007. *Educational rearch: an introduction (8<sup>th</sup> ed)*. New Jersey: Person Inc.
- Harjanto. 2011. *Perencanaan Pengajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ismail Andang. 2009. *Educations Games*. Yogyakarta: Pro-U Media.

- James Tangkudung.2016. *Macam-Macam Metodologi Penelitian Uraian dan Contohnya*. Jakarta: Lensa Media Pustaka Indonesia.
- Mayke S.Tedjasyaputra.2006. *Bermain, Mainan, dan Permainan: Untuk Pendidikan Usia Dini* Jakarta: PT. Grasindo.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Erlangga.
- Nursita Utami. 2014. Model Pengenalan Air Untuk Anak-Anak Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Keolahragaan*, Volume 2 (2).
- Rahyubi. 2012. *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Nusa Media..
- Richard A. Magill. 2011. *Motor Learning and Control concepts and application (9thed)*. NewYork: McGraw-Hill.
- Rusman.2011. *Model-Model Pembelajaran, Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: RajaGrafindo.
- Santrock, J. W. 2007. *Perkembangan Anak*. Boston: Mc. Graw Hill.
- Schmidt, Richard A & Wrisberg, Craigh A. 2004. *Motor learning and performance*. Los Angeles: Human Kinetics.
- Sport New Zealand. 2012. *Fundamental Movement Skills among children in New Zealand*. Wellington: Sport New Zealand.
- Wasis Dwiwogo. 2010. *Dimensi Teknologi Pengembangan Pendidikan Jasmani & Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Wiliam H. Edwards. 2011. *Motor Learning and Control From Theory to Practice*. USA: Wadsworth.
- Wina Sanjaya. 2011. *Strategi Pembelajaran: Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Predana Media.