

MEDIA AUDIO VISUAL AKUATIK UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS PEMBELAJARAN RENANG

Ermawan Susanto*

Jurusan Pendidikan Olahraga, FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Abstract: *The aim of this classroom action research is to improve the quality of aquatic learning for FIK undergraduate student. The samples of research are sixty D-II PGSD physical education program. The research methods used are descriptive analytic technique and analytic data process consisting of: (1) describing data, (2) validity of data, and (3) interpretation of data. The steps of research process are: (1) preparation, (2) process: planning, acting, observing, reflecting, (3) conclusion. The acting preparations of the research are three cycles. The result of that audio visual can improve the research showed quality of aquatic learning for D-II PGSD physical education program. In the first and second cycle, the qualities of aquatic learning were still low. The third cycle, the qualities of aquatic learning were improve by playing compact disk audio visual of kind of swimming.*

Kata kunci: media audio visual, akuatik, pembelajaran renang, kualitas pembelajaran

PENDAHULUAN

Untuk melaksanakan proses pembelajaran akuatik diperlukan pengetahuan tentang karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa didik, prinsip-prinsip belajar gerak, materi yang akan diajarkan, metode atau pendekatan yang digunakan, serta pendukung lainnya agar proses pembelajaran dapat terlaksana dengan baik dan mencapai tujuan yang sudah ditetapkan. Pada proses pembelajaran akuatik, keberhasilan penguasaan keterampilan ditentukan oleh banyak faktor di antaranya adalah faktor diri siswa didik, faktor pengajar, faktor sarana prasarana, faktor lingkungan, faktor strategi pembelajaran, dll.

Salah satu strategi belajar yang penting dalam pembelajaran akuatik adalah dengan menerapkan media audio visual sebagai sumber belajar. Media ini memiliki banyak manfaat antara lain: (1) memudahkan

siswa belajar gerak dengan baik, (2) sebagai studi komparasi antara belajar klasikal dengan belajar melalui media audio visual, (3) gerakan renang dapat dilihat secara berulang-ulang dan detail, dan (4) merangsang daya imajinasi mahasiswa untuk melakukan gerakan dengan baik sesuai contoh dalam media audio visual. Dengan demikian berarti media sebagai alat bantu yang digunakan guru untuk: (1) memotivasi belajar peserta didik, (2) memperjelas informasi atau pesan pengajaran, (3) memberi tekanan pada bagian-bagian yang penting, dan (4) memperjelas struktur pengajaran.

Media memiliki fungsi yang jelas yaitu memperjelas, memudahkan dan membuat menarik pesan kurikulum yang akan disampaikan oleh guru kepada peserta didik sehingga dapat memotivasi belajarnya dan mengefisienkan proses belajar. Ada pula yang penggunaannya ter-

*Alamat korespondensi: Jalan Kolombo No. 1, Yogyakarta 55281

gantung pada hadirnya seorang guru, tutor atau pembimbing (*teacher independent*). Media yang tidak harus tergantung pada hadirnya guru lazim disebut media instruksional dan bersifat *selfcontained*, maknanya: informasi belajar, contoh, tugas dan latihan serta umpan balik yang diperlakukan telah diprogramkan secara terintegrasi. Dari berbagai ragam dan bentuk media pengajaran, pengelompokkan atas media dan sumber belajar ekonomi dapat juga ditinjau dari jenisnya, yaitu dibedakan menjadi media audio, media visual, media audio-visual, dan media serbaneka. Media audio: radio, piringan hitam, pita audio, *tape recorder*, dan telepon. Media visual, media visual diam: foto, buku, ensiklopedia, majalah, surat kabar, buku referensi dan barang hasil cetakan lain, gambar, ilustrasi, kliping, film bingkai/ slide, film rangkai (*film strip*), transparansi, mikrofis, *over-head* proyektor, grafik, bagan, diagram, sketsa, poster, gambar kartun, peta, dan globe. Media audio-visual, media audio-visual diam : televisi diam, slide dan suara, film rangkai dan suara, buku dan suara. Media audio visual gerak: video, CD, film rangkai dan suara, televisi, gambar dan suara.

Sumber belajar pada mata kuliah akuatik masih minim mengingat dari sumber buku pelajaran kebanyakan dari penulis dan berbahasa asing, sedangkan buku-buku referensi dari dalam negeri masih terbatas jumlahnya. Melalui media audio visual keterlangkaan sumber belajar diharapkan dapat teratasi karena media audio visual memiliki bahasa yang lebih universal karena dapat dipelajari secara visual dan gerak.

Sebagai referensi, sebuah hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan belajar mengajar akan lebih efektif dan mudah bila dibantu dengan sarana visual, di mana 11% dari yang dipelajari terjadi lewat indera pendengaran, sedangkan 83% lewat indera penglihatan. Di samping itu dikemukakan bahwa kita hanya dapat mengingat 20% dari apa yang kita dengar, namun dapat mengingat 50% dari apa yang dilihat dan dideengar. Namun demikian masih jarang bentuk

pembelajaran akuatik yang menggunakan media audio visual sebagai salah satu sumber belajar.

Akuatik ialah segala macam bentuk aktivitas air yang dapat dilakukan di sungai, danau, laut, pantai, maupun kolam renang. Adapun bentuk kegiatannya dapat berupa renang, polo air, selancar, menyelam, dayung, kano, dan beragam bentuk lainnya. Bentuk-bentuk pengenalan aktivitas akuatik dapat dibagi dalam beberapa pokok kegiatan, disesuaikan dengan tujuannya. Pengenalan aktivitas akuatik sangat dibutuhkan oleh para siswa yang belum pernah sama sekali belajar renang, karena kemungkinan-kemungkinan para siswa ada yang masih takut masuk ke dalam kolam. Untuk itu guru hendaknya memahami benar bentuk-bentuk pengenalan akuatik, karena hal ini sangat penting untuk dapat membawa anak, terutama anak yang kurang berani masuk ke dalam kolam.

Pengenalan aktivitas akuatik adalah suatu bentuk latihan dasar sebelum siswa diajarkan masing-masing gaya renang. Tujuan akhir yang diharapkan dari pembelajaran akuatik adalah untuk membentuk sikap, kemampuan dan keterampilan mengapung dan meluncur pada permukaan air. Dengan kemampuan mengapung dan meluncur akan mempermudah siswa melakukan, bentuk-bentuk gerakan lanjutan. Khusus bagi siswa yang belum bisa berenang pembelajaran akuatik bertujuan untuk: (1) mengetahui dan dapat merasakan adanya perbedaan bergerak di darat dengan di dalam air; (2) siswa dapat mengetahui dan merasakan adanya pengaruh air terhadap gerakan yang dilakukan; (3) siswa dapat mengetahui dan merasakan adanya pengaruh dan ransangan terhadap pernafasan; (4) siswa dapat mengetahui dan merasakan pengaruh air terhadap keseimbangan tubuh dan gerak; (5) memupuk rasa keberanian siswa, menghilangkan rasa takut terhadap air, dan memupuk rasa percaya diri; dan (6) memberikan motivasi kepada siswa yang makin lama makin senang terhadap pembelajaran dalam air.

Adapun mata kuliah akuatik pada mahasiswa berisi tentang pembelajaran renang terutama renang gaya bebas (*crawl style*) dan renang gaya dada (*breast style*). Bentuk-bentuk pengenalan akuatik dapat dilakukan dengan beberapa bentuk permainan antara lain: lomba mengambil koin atau uang dengan mulut di dalam ember. Bentuk ini dilakukan untuk memperkenalkan latihan pernafasan dalam pembelajaran renang. Bentuk lainnya adalah dengan perlombaan mengisi botol dengan air menggunakan mulut, bentuk ini juga dimaksudkan untuk memperkenalkan latihan pengenalan pernafasan dalam renang. Permainan lain yang dapat dilakukan adalah dengan perlombaan memindahkan ikan dari satu ember ke ember lainnya, kegiatan ini dimaksudkan untuk latihan pengenalan terhadap air.

Secara spesifik, mata kuliah akuatik pada mahasiswa program D-II PGSD Pendidikan Jasmani berisi tentang materi-materi yang tertuang dalam kompetensi perkuliahan. Beberapa kompetensi yang diharapkan dari mata kuliah ini adalah agar mahasiswa mampu: (1) Mengetahui dan memahami macam-macam pembagian olahraga air; (2) Mengetahui dan memahami teknik dasar renang gaya bebas atau gaya *crawl*; (3) Mengetahui dan memahami hambatan dan dorongan renang gaya *crawl*; (4) Mengetahui dan memahami posisi badan, gerakan kaki atau tungkai, gerakan lengan, dan gerakan kepala dalam renang gaya *crawl*; (5) Mengetahui dan memahami gerakan meluncur, gerakan pernafasan, dan koordinasi dalam renang gaya *crawl*; (6) Mengetahui dan memahami cara renang menolong; dan (7) Mengetahui dan memahami pengantar peraturan pertandingan renang.

Belajar adalah aktivitas yang menunjukkan terjadinya kemampuan-kemampuan baru yang relatif tetap karena adanya usaha. Proses belajar terjadi karena interaksi individu dengan lingkungannya. Dalam bidang pendidikan guru berperan meningkatkan proses belajar sehingga tercapai tujuan pendidikan. Dengan memperhatikan

keadaan dan kepentingan anak didik, maka guru harus mengusahakan terjadinya interaksi edukatif, yaitu interaksi antara guru dengan anak didik yang didasarkan atas nilai-nilai dan norma-norma pendidikan yang terarah pada tercapainya tujuan pendidikan. Sehubungan dengan hal tersebut di atas proses belajar mengajar perlu memperhatikan masukan instrumental yang meliputi kurikulum, program, materi, sarana dan prasarana, fasilitas, metode dan penilaian. Di samping itu diperlukan pula suatu pola pembelajaran yang memenuhi kriteria sederhana dan praktis, dan berlaku untuk semua pembelajaran pendidikan jasmani seperti atletik, senam, renang, permainan maupun beladiri.

Praktik mengajar renang mempunyai tujuan, yaitu agar penguasaan keterampilan gerak dengan teknik yang benar serta sesuai dengan peraturan yang ada. Untuk itu, seorang guru harus menguasai bahan pembelajaran yang akan diajarkan. Dalam mencapai tujuan akhir dari pembelajaran renang, tidak boleh dilupakan bahwa proses pembelajarannya tetap di dalam ruang lingkup pendidikan jasmani. Jadi bukan berarti penyampaian materi-materi pembelajaran terfokus kepada gerakan-gerakan yang teknis saja namun dalam penyampaian atau penyajiannya harus diberikan variasi-variasi yang bersifat pendidikan jasmani, yaitu: antara lain: (1) Bahan materi pembelajaran disajikan dengan bermacam-macam variasi yang bersifat gembira dan menyenangkan; (2) Selama proses pembelajaran seluruh murid bergerak aktif; (3) Seluruh murid harus mendapatkan giliran yang sama; (4) Penyampaian materi pembelajaran harus dari yang mudah ke yang sukar; dan (5) Disampaikan dengan media pembelajaran yang tepat seperti, media audio visual.

Media memiliki multi makna, baik dilihat secara terbatas maupun secara luas. Munculnya berbagai macam definisi disebabkan adanya perbedaan dalam sudut pandang, maksud, dan tujuannya. AECT (*Association for Education and Communication Technology*) memaknai media sebagai segala bentuk yang dimanfaatkan dalam proses

penyaluran informasi. NEA (*National Education Association*) memaknai media sebagai segala benda yang dapat dirnanipulasi, dilihat, didengar, dibaca, atau dibincangkan beserta instrumen yang digunakan untuk kegiatan tersebut. Beberapa pandangan tentang media, yaitu Gagne yang menempatkan media sebagai komponen sumber, mendefinisikan media sebagai “komponen sumber belajar di lingkungan peserta didik yang dapat merangsangnya untuk belajar”. Briggs berpendapat bahwa media harus didukung sesuatu untuk mengkomunikasikan materi (pesan kurikuler) supaya terjadi proses belajar, yang mendefinisikan media sebagai wahana fisik yang mengandung materi instruksional. Wilbur Schramm mencermati pemanfaatan media sebagai suatu teknik untuk menyampaikan pesan, di mana ia mendefinisikan media sebagai teknologi pembawa informasi/pesan instruksional. Yusuf Hadi Miarso memandang media secara luas/makro dalam sistem pendidikan sehingga mendefinisikan media adalah segala sesuatu yang dapat merangsang terjadinya proses belajar mengajar pada diri peserta didik.

Dengan semakin pesatnya perkembangan teknologi, penggunaan media audio visual sangat tepat dalam mendukung proses perkembangan ilmu pengetahuan melalui penyempurnaan proses pembelajaran di perguruan tinggi serta menciptakan iklim pendidikan yang berbasis pada IPTEKS. Penggunaan media audio visual merupakan salah satu usaha untuk mengajak mahasiswa belajar kreatif sehingga pemenuhan kebutuhan psikologis mereka tercapai. Sistem pengajaran ortodok dengan pemberian ceramah, tanya jawab, penugasan dari dosen akan membuat mahasiswa terbelenggu. Secara psikologis setiap individu memiliki persamaan, yaitu: (1) semua mahasiswa akan aktif belajar apabila kepada mereka diberikan kesibukan atau pekerjaan yang sesuai, dan akan bosan apabila tidak ada yang mereka kerjakan; (2) setiap anak mempunyai tendensi ingin berdiri sendiri, mengemangkan rasa harga diri atas hasil yang ia capai sendiri (Gordon, 1985).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas, di mana peneliti terlibat langsung sebagai pelaku atau dosen peneliti dan dosen pendamping (dosen pengamat). Penelitian ini dilakukan di program D-II PGSD Penjas tahun 2008 dengan jumlah mahasiswa 60 orang. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi keterlibatan mahasiswa dalam bertanya, keterlibatan mahasiswa dalam menjawab pertanyaan, keterlibatan mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan, dan keterlibatan mahasiswa dalam mengerjakan tugas mingguan. Alat bantu yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian adalah: (1) daftar *check-list*, (2) *feedback record*, dan (3) daftar nilai tugas mingguan.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Proses pengolahan dan analisis data deskriptif mengacu pada pengolahan data Hopkins (1993), antara lain deskripsi data, validasi data, dan interpretasi data. Jalannya penelitian meliputi tahapan sebagai berikut:

Tahap Persiapan. pada tahap ini dilakukan penyediaan bahan-bahan dan alat-alat belajar seperti silabus, SAP, diktat, prensi, bahan belajar berupa media audio visual (CD), laptop, LCD, dan layar.

Tahap Pelaksanaan. pada tahap ini terdiri atas: (1) *planning*, dosen peneliti merencanakan sistem dan strategi pembelajaran yang tepat dalam menerapkan proses pembelajaran sesuai dengan rencana, (2) *acting*, dosen peneliti menerapkan proses pembelajaran sesuai dengan yang telah direncanakan, (3) *observing*, tahap ini dosen mencatat hal-hal yang terjadi selama proses pembelajaran, dan dosen pengamat juga mencatat segala aktivitas mahasiswa maupun dosen peneliti dalam memberikan informasi, dan (4) *reflecting*, pada tahap ini dosen peneliti, dosen pengamat, serta tiga orang wakil mahasiswa duduk satu meja untuk membahas sistem pembelajaran yang telah dilakukan dan mencari solusi yang tepat untuk periode berikutnya demi terwujudnya tujuan penelitian (McNiff, 1998; Greenwood & Levin, 1998).

Tahap Akhir. pada tahap ini seluruh data-data yang terkumpul pada setiap siklus ditampilkan secara deskriptif dan dibahas faktor-faktor penghambat pada masing-masing siklus, sehingga diperoleh siklus yang tepat dan berkompeten dalam meningkatkan keterlibatan belajar mahasiswa pada

mata kuliah akuatik di program D-I1 PGSD Penjas.

Secara ringkas, indikator kualitas pembelajaran, indikator keterlibatan mahasiswa, dan rancangan dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1, Tabel 2, dan Tabel 3.

Tabel 1. Indikator Kualitas Pembelajaran Mahasiswa

Kualitas Pembelajaran Mahasiswa dalam Perkuliahan Teori	Jumlah Mahasiswa	Target		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Bertanya	60	15	35	?	?
Menjawab pertanyaan		15	25	?	?
Bertanya dan menjawab pertanyaan		10	16,7	?	?
Jumlah mahasiswa aktif		40	66,7	?	?
Jumlah mahasiswa hadir		60	100	?	?
Jumlah mahasiswa mengerjakan tugas		60	100	?	?

Tabel 2. Indikator Keterlibatan Mahasiswa

Kualitas Pembelajaran Mahasiswa dalam Perkuliahan Praktik	Jumlah Mahasiswa	Target		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Pengenalan air	60	60	100	?	?
Kemampuan mengapung		60	100	?	?
Kemampuan meluncur		50	83,4	?	?
Kemampuan posisi badan (<i>body balance</i>)		50	83,4	?	?
Kemampuan gerakan tungkai		50	83,4	?	?
Kemampuan gerakan lengan		50	83,4	?	?
Kemampuan mengambil nafas		50	83,4	?	?
Kemampuan renang lengkap (koordinasi)		50	83,4	?	?
Jumlah mahasiswa aktif		40	66,7	?	?

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman observasi yang dibuat sendiri oleh peneliti. Pedoman observasi mencakup aktivitas mahasiswa dan dosen dalam proses pembelajaran setelah memperoleh materi melalui media audio visual yang mencakup keterlibatan mahasiswa dalam bertanya, menjawab pertanyaan, mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas mingguan minat, dorongan atau motivasi dalam beraktivitas, diskusi, dan berkolaborasi dengan seluruh anggota yang terlibat dalam proses pembelajaran renang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Siklus Pertama

Pada siklus pertama, peneliti dan dosen pengamat merencanakan untuk mempersiapkan materi pembelajaran, yaitu: (1) CD latihan pengenalan air, dan (2) CD latihan dasar-dasar renang dengan topik: meluncur, start, pembalikan, renang dengan bantuan alat *fin*, pelampung, *padle*, dll), dipakai sebagai media audio visual dalam pembelajaran. Hasil siklus pertama dapat dilihat pada Tabel 4 dan Tabel 5.

Dari Tabel 4, terlihat bahwa hasil penelitian masih jauh dari hasil yang ingin

Tabel 3. Rancangan Tindakan Materi Pembelajaran melalui Media Audio Visual

No	Siklus	Materi Pembelajaran	Topik Pembelajaran
1	Siklus I	CD Latihan Pengenalan Air	a. berjalan di air b. berlari di air c. menyelam d. aktivitas akuatik
2	Siklus I	CD Latihan Dasar-dasar Renang	a. meluncur b. start c. pembalikan d. renang dengan bantuan alat (<i>fin</i> , pelampung, <i>padle</i>)
3	Siklus II	CD Latihan Keseimbangan Badan (<i>Body Balance Roll</i>)	a. posisi tengkurap b. posisi miring kanan c. posisi miring kiri d. posisi terlentang
4	Siklus II	CD Latihan Gaya <i>Crawl</i> (<i>on the water</i>)	a. gerakan tungkai b. gerakan lengan c. gerakan pernafasan d. reogan lengkap
5	Siklus III	CD Latihan Gaya <i>Crawl</i> (<i>underwater</i>)	a. gerakan tungkai b. gerakan lengan c. gerakan pernafasan d. reogan lengkap
6	Siklus III	CD Latihan Macam-macam Gaya Renang	a. gaya <i>crawl</i> b. gaya dada c. gaya punggung d. gaya kupu-kupu

Tabel 4. Kualitas Pembelajaran pada Siklus Pertama

Kualitas Pembelajaran Mahasiswa dalam Perkuliahan Teori	Jumlah Mahasiswa	Target		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Bertanya	60	15	25	5	8,3
Menjawab pertanyaan		15	25	3	5
Bertanya dan menjawab pertanyaan		10	16,7	0	0
Jumlah mahasiswa aktif		40	66,7	10	16,7
Jumlah mahasiswa hadir		60	100	56	93
Jumlah mahasiswa mengerjakan tugas		60	100	56	93

dicapai. Data kualitas pembelajaran mahasiswa dalam perkuliahan teori diperoleh jumlah mahasiswa yang bertanya adalah 5 orang (8,3%), jumlah mahasiswa yang menjawab pertanyaan adalah 3 orang (5%), dan tidak ada mahasiswa yang bertanya sekaligus dapat menjawab pertanyaan (0%). Dari 56 orang mahasiswa (93%) yang hadir dalam perkuliahan diperoleh 10 orang maha-

siswa (16,7%) yang aktif dan 56 orang mahasiswa (93%) mengerjakan tugas.

Data kualitas pembelajaran mahasiswa dalam perkuliahan praktek diperoleh jumlah mahasiswa dapat melakukan bentuk-bentuk pengenalan air adalah 45 orang mahasiswa (77%), jumlah mahasiswa yang mampu melakukan gerakan mengapung adalah 30 orang mahasiswa (50%), jumlah

Tabel 5. Indikator Keterlibatan Mahasiswa

Kualitas Pembelajaran Mahasiswa dalam Perkuliahan Praktik	Jumlah Mahasiswa	Target yang Ingin Dicapai		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Pengenalan air	60	60	100	45	77
Kemampuan mengapung		60	100	30	50
Kemampuan meluncur		50	83,4	20	33,4
Kemampuan posisi badan (<i>body balance</i>)		50	83,4	10	16,7
Kemampuan gerakan tungkai		50	83,4	5	8,4
Kemampuan gerakan lengan		50	83,4	5	8,4
Kemampuan mengambil nafas		50	83,4	5	8,4
Kemampuan renang lengkap (koordinasi)		50	83,4	0	0
Jumlah mahasiswa aktif		40	66,7	10	16,7

mahasiswa yang mampu melakukan gerakan meluncur adalah 20 orang mahasiswa (33,4%), jumlah mahasiswa yang mampu melakukan gerakan *body balance* adalah 10 orang mahasiswa (16,7 %). Adapun mahasiswa mampu melakukan gerakan tungkai hanya 5 orang mahasiswa (8,4%), mahasiswa yang mampu melakukan gerakan lengan adalah 5 orang mahasiswa (8,4%), mahasiswa yang mampu melakukan gerakan mengambil nafas adalah 5 orang mahasiswa (8,4%) dan belum ada yang mampu melakukan gerakan renang lengkap (0%). Jumlah mahasiswa aktif 10 orang (16,7%).

Siklus Kedua

Rencana pada siklus kedua ini adalah mempersiapkan materi pembelajaran, yaitu: (1) CD latihan keseimbangan badan (*body balance roll*), dan (2) CD latihan renang gaya *crawl* (*on the water*). Kemudian mempersiapkan daftar pertanyaan untuk diberikan setelah pemutaran CD audio visual. Pada pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan pada siklus kedua, diperoleh hasil yang juga masih jauh dari apa yang ditargetkan oleh peneliti. Hasil siklus kedua dapat dilihat pada Tabel 6 dan 7.

Tabel 6. Kualitas Pembelajaran pada Siklus Kedua

Kualitas Pembelajaran Mahasiswa dalam Perkuliahan Teori	Jumlah Mahasiswa	Target yang Ingin Dicapai		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Bertanya	60	15	25	10	16,7
Menjawab pertanyaan		15	25	12	20
Bertanya sekaligus menjawab pertanyaan		10	16,7	5	8,4
Jumlah mahasiswa aktif		40	66,7	30	50
Jumlah mahasiswa yang hadir		60	100	60	100
Jumlah mahasiswa yang mengerjakan tugas		60	100	60	100

Dari Tabel 6, terlihat bahwa hasil penelitian sudah ada peningkatan namun masih belum sesuai dengan hasil yang ingin dicapai. Data kualitas pembelajaran mahasiswa dalam perkuliahan teori diperoleh jumlah mahasiswa yang bertanya adalah 10 mahasiswa (16,7%), jumlah mahasiswa

yang menjawab pertanyaan adalah 12 orang (20%), dan jumlah mahasiswa yang bertanya sekaligus dapat menjawab pertanyaan adalah 5 mahasiswa (8,4%). Jumlah mahasiswa hadir adalah 60 orang mahasiswa (100%), jumlah mahasiswa yang aktif 30 orang mahasiswa (50%) dan jumlah maha-

Tabel 7. Indikator Keterlibatan Mahasiswa

Kualitas Pembelajaran Mahasiswa dalam Perkuliahan Praktik	Jumlah Mahasiswa	Target yang Ingin Dicapai		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Pengenalan air	60	60	100	60	100
Kemampuan mengapung		60	100	40	66,7
Kemampuan meluncur		50	83,4	30	50
Kemampuan posisi badan (<i>body balance</i>)		50	83,4	20	33,4
Kemampuan gerakan tungkai		50	83,4	35	58
Kemampuan gerakan lengan		50	83,4	30	50
Kemampuan mengambil nafas		50	83,4	30	50
Kemampuan renang lengkap (koordinasi)		50	83,4	10	16,7
Jumlah mahasiswa aktif		40	66,7	30	50

Sumber: Hasil Analisis Data Penelitian, 2008

siswa mengerjakan tugas adalah 60 orang (100%).

Data kualitas pembelajaran mahasiswa dalam perkuliahan praktik diperoleh jumlah mahasiswa dapat melakukan bentuk-bentuk pengenalan air adalah 60 orang mahasiswa (100%), jumlah mahasiswa yang mampu melakukan gerakan mengapung adalah 40 orang mahasiswa (66,7%), jumlah mahasiswa yang mampu melakukan gerakan meluncur adalah 30 orang mahasiswa (50%), jumlah mahasiswa yang mampu melakukan gerakan *body balance* adalah 20 orang mahasiswa (33,4 %). Adapun mahasiswa yang mampu melakukan gerakan tungkai hanya 35 orang mahasiswa (58%), mahasiswa yang mampu melakukan gerakan lengan adalah 30 orang mahasiswa (50 %), mahasiswa yang mampu melakukan gerakan mengambil nafas adalah 30 orang mahasiswa (50%) dan yang mampu melakukan gerakan renang lengkap adalah 10 orang mahasiswa (16,7%). Jumlah mahasiswa aktif 30 orang mahasiswa (50%).

Siklus Ketiga

Tahap ketiga ini, tindakan sesuai rencana yang disepakati antara peneliti dan dosen pendamping serta 4 orang wakil mahasiswa adalah mempersiapkan materi pembelajaran, yaitu: (1) latihan renang gaya *crawl (under water)* dan (2) CD latihan macam-macam gaya renang. Kemudian mempersiapkan daftar pertanyaan untuk diberi-

kan setelah pemutaran CD audio visual. Sesuai dengan rencana, tindakan pada siklus ketiga adalah (1) dosen peneliti memberikan materi ajar dengan menggunakan media pembelajaran *powerpoint* dengan menggunakan laptop (20 menit), (2) memutar CD audio visual dan mahasiswa mengamati dan mencatat gerakan-gerakan pada masing-masing gaya renang (50 menit). (3) setelah selesai pemutaran CD audio visual, peneliti kembali menyampaikan pertanyaan-pertanyaan agar terjadi diskusi (30 menit). Pada pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan pada siklus ketiga, diperoleh hasil yang sesuai dengan apa yang ditargetkan oleh peneliti. Hasil siklus ketiga dapat dilihat pada Tabel 8 dan 9.

Dari Tabel 8 terlihat bahwa hasil penelitian sudah sesuai dengan hasil yang ingin dicapai. Data kualitas pembelajaran mahasiswa dalam perkuliahan teori diperoleh jumlah mahasiswa yang bertanya adalah 18 orang mahasiswa (30,3%), jumlah mahasiswa yang menjawab pertanyaan adalah 18 orang (30,3%), dan jumlah mahasiswa yang bertanya sekaligus dapat menjawab pertanyaan adalah 12 orang mahasiswa (20%). Jumlah mahasiswa hadir adalah 60 orang mahasiswa (100%), jumlah mahasiswa yang aktif 50 orang mahasiswa (83,3%) dan 60 orang mahasiswa (100%) yang mengerjakan tugas.

Data kualitas pembelajaran mahasiswa dalam perkuliahan praktik diperoleh

Tabel 8. Kualitas Pembelajaran pada Siklus Ketiga

Kualitas Pembelajaran Mahasiswa dalam Perkuliahan Teori	Jumlah Mahasiswa	Target		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Bertanya		15	25	18	30,3
Menjawab pertanyaan		15	25	18	30,3
Bertanya sekaligus menjawab pertanyaan	60	10	16,7	12	20
Jumlah mahasiswa aktif		40	66,7	50	83,3
Jumlah mahasiswa hadir		60	100	60	100
Jumlah mahasiswa mengerjakan tugas		60	100	60	100

Tabel 9. Indikator Keterlibatan Mahasiswa

Kualitas Pembelajaran Mahasiswa dalam Perkuliahan Praktek	Jumlah Mahasiswa	Target		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Pengenalan air		60	100	60	100
Kemampuan mengapung		60	100	56	91
Kemampuan meluncur		50	83,4	55	91
Kemampuan posisi badan (<i>body balance</i>)		50	83,4	53	90
Kemampuan gerakan tungkai	60	50	83,4	53	90
Kemampuan gerakan lengan		50	83,4	53	90
Kemampuan mengambil nafas		50	83,4	50	83,4
Kemampuan renang lengkap (koordinasi)		50	83,4	50	83,4
Jumlah mahasiswa aktif		40	66,7	50	83,4

Sumber: Hasil Analisis Data Penelitian, 2008

jumlah mahasiswa dapat melakukan bentuk-bentuk pengenalan air adalah 60 orang mahasiswa (100%), jumlah mahasiswa yang mampu melakukan gerakan mengapung adalah 56 orang mahasiswa (91%), jumlah mahasiswa yang mampu melakukan gerakan meluncur adalah 55 orang mahasiswa (91%), jumlah mahasiswa yang mampu melakukan gerakan *body balance* adalah 53 orang mahasiswa (90%). Adapun mahasiswa yang mampu melakukan gerakan tungkai hanya 53 orang mahasiswa (90%), mahasiswa yang mampu melakukan gerakan lengan adalah 53 orang mahasiswa (90%), mahasiswa yang mampu melakukan gerakan mengambil nafas adalah 50 orang mahasiswa (83,4%) dan yang mampu melakukan gerakan renang lengkap adalah 50 orang mahasiswa (83,4%).

Dari tiga siklus yang telah dilakukan, kualitas pembelajaran akuatik mencapai target setelah siklus ketiga dilaksana-

kan. Pada siklus pertama, hasil penelitian masih jauh dari hasil yang ingin dicapai. Dari catatan peneliti dan dosen pendamping hal tersebut dikarenakan karena hampir kebanyakan mahasiswa belum mengetahui bagaimana gerakan renang yang benar dan efisien. Secara umum mahasiswa mampu melakukan gerakan berenang namun dengan tenaga yang tidak efisien dan cenderung lelah. Pada kuliah teori, banyak mahasiswa yang masih diam dan tidak bertanya walaupun materi yang disampaikan belum jelas. Hanya mahasiswa yang duduk di barisan depan yang melontarkan pertanyaan, sedang mahasiswa pada barisan belakang hanya terlihat santai dan sesekali berbicara dengan teman disebelahnya. Indikasi lain dari belum tercapainya hasil yang diinginkan adalah mahasiswa masih tampak gelisah dengan bertanya ke kanan ke kiri temannya. Hal demikian juga berlanjut pada perkuliahan praktik, setelah siklus pertama di-

sampaikan banyak mahasiswa yang takut ketika diajak keliling kolam renang 50 meter dengan kaki di dalam air. Padahal kegiatan ini masih merupakan aktivitas dasar, yaitu pengenalan air. Sedangkan untuk melakukan renang lengkap sejauh 25 meter belum ada satu pun mahasiswa yang mampu melakukan baik dari jarak tempuh maupun dari gaya renangnya.

Pada siklus kedua, terjadi peningkatan hasil belajar namun belum sesuai dengan target yang diinginkan peneliti. Dari catatan dosen peneliti dan dosen pendamping hal tersebut dikarenakan sudah mulai ada pemahaman tentang teknik berenang yang benar dan efisien yang disampaikan dengan media audio visual. Berdasarkan hasil observasi peneliti dan dosen pendamping dan 4 orang perwakilan mahasiswa masih diperoleh kelemahan-kelemahan dalam pembelajaran siklus kedua. Untuk menanggulangi kelemahan tersebut perlu dilakukan siklus ketiga, yaitu dengan memberikan arahan dan penjelasan menggunakan media audio visual. Selanjutnya mahasiswa diberi tugas untuk mengamati dan mencatat hal-hal penting yang muncul. Selanjutnya dilakukan sesi tanya-jawab dan diskusi.

Pada siklus ketiga, hasil penelitian sudah sesuai dengan target yang diinginkan peneliti. Dari catatan peneliti dan dosen pendamping pada perkuliahan teori banyak

pertanyaan yang diajukan mahasiswa dan terlihat banyak mahasiswa yang aktif. Pada perkuliahan praktik, beberapa gerakan yang didapat dari CD media audio visual mulai bias diterapkan di kolam renang secara benar, Hal ini disebabkan oleh adanya penjelasan ulangan dari dosen setelah materi audio visual siklus ketiga diberikan. Dengan demikian mahasiswa mulai mengenali kesalahan-kesalahan gerak dalam air dan bisa memperbaikinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil refleksi dan pembahasan terhadap penelitian tindakan kelas di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media audio visual dapat meningkatkan kualitas pembelajaran akuatik di Prodi D-II PGSD Penjas FIK UNY. Pada siklus pertama, terlihat bahwa kualitas pembelajaran masih rendah demikian pula pada siklus kedua. Pada siklus ketiga, dengan adanya perbaikan pada tahap refleksi diperoleh informasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Setelah pemutaran CD dengan media audio visual terlihat peningkatan pemahaman mahasiswa yang kemudian diaplikasikan dalam bentuk gerakan yang benar pada kuliah praktik. Dengan demikian metode yang diterapkan mampu memenuhi target yang diinginkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Gordon, T. (1985). *Guru yang Efektif; Cara untuk Mengatasi Kesulitan dalam Kelas*. Jakarta: CV Rajawali Press.
- Hopkins, D. (1993). *A Teacher's Guide to Classroom Research*. Second edition. Buchingkam-Philadelpia: Open University Press.
- McNiff, J. (1998). *Action Research: Principles and Practice*. London: University of Bath.