

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GAYA KUPU-KUPU MAHASISWA S1 PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLARHAGA MENGGUNAKAN MODIFIKASI ALAT PELAMPUNG BOTOL DI UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN SURAKARTA TAHUN 2018

ABSTRAK

FERI FITRIYANTO, HERIWANSYAH, ASENSA PUTRI , AYUK PRASTIWI

FKIP UTP SURAKARTA

Tujuan Penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar teknik dasar gaya kupu-kupu mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga menggunakan modifikasi alat pelampung botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta tahun 2018.

Metode penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua Siklus, dengan tiap Siklus terdiri atas Perencanaan, Pelaksanaan Tindakan, Observasi, dan Refleksi. Objek penelitian terdiri dari mahasiswa semester 6B berjumlah 32 siswa. Sumber data berasal dari mahasiswa. Pengumpulan data dengan tes ketrampilan teknik dasar gaya kupu (Psikomotor), Observasi pengamatan sikap mahasiswa (Afektif) dan pengetahuan mahasiswa (Kognitif). Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis deskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif dengan prosentase.

Pada penelitian Pra Siklus didapatkan hasil pencapaian belajar mahasiswa Aspek Psikomotor 26%, Aspek Afektif 65% dan Aspek Kognitif 63%. Pada hasil belajar gaya kupu-kupu Siklus I pencapaian hasil belajar Aspek Psikomotor meningkat menjadi 43%, Aspek Afektif meningkat menjadi 69% dan Aspek Kognitif meningkat menjadi 68%. Pada Siklus II terjadi peningkatan pencapaian hasil belajar pada Aspek Psikomotor meningkat menjadi 62%, Aspek Afektif meningkat menjadi 76% dan Aspek Kognitif meningkat menjadi 70%.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa : Penerapan metode pembelajaran melalui modifikasi alat pelampung botol dapat meningkatkan hasil belajar gaya kupu-kupu pada mahasiswa S1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018.

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani diartikan sebagai proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan melalui aktifitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya (Sukintoko, 21:2004). Selanjutnya masih dalam bukunya Sukintoko, dikutip pengertian pendidikan jasmani dari C.A Bucher (1960) membuat definisi tentang pendidikan jasmani sebagai berikut: pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial serta emosional bagi masyarakat dengan wahana aktifitas jasmani.

Pendidikan jasmani berpusat pada gerak dan merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional bab 1 pasal ayat 11 dinyatakan bahwa olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkesinambungan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, ketrampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani

Olahraga pendidikan diselenggarakan sebagai bagian proses pendidikan. Olahraga pendidikan dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun nonformal melalui kegiatan intrakurikuler dan/atau ekstrakurikuler. Olahraga pendidikan dimulai pada usia dini. Olahraga pendidikan pada jalur pendidikan formal dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan. Olahraga pendidikan pada jalur pendidikan nonformal dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang.

Pada cabang olahraga renang, sebelum memulai aktifitas tahap demi tahap, harus dimulai dengan penyampaian dasar olahraga renang secara berjenjang, dalam bentuk instruksi teknik dasar dimana sejalan dengan ilmu dan teknologi serta disesuaikan pula dengan kemajuan prestasi yang dari tahun ke tahun berkembang sangat pesat, maka agar para instruktur selalu pada kondisi mengikuti perkembangan ilmu dan pengetahuan, maka setiap terjadi perubahan dan/atau

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

pembaharuan, hendaknya dapat diantisipasi. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa penyampaian dasar renang dengan sebaik-baiknya sangat perlu dilakukan, berguna untuk menghindari kemungkinan terjadinya salah instruksi yang berakibat pada hal yang fatal dan sulit diperbaiki.

Renang gaya kupu-kupu merupakan gaya renang yang paling sulit dipelajari (Ernest W. Maglischo, 2003: 178). Gaya kupu-kupu (*Butterfly*) menjadi salah satu gaya yang cukup sulit untuk dilakukan, terutama bagi pemula. Seringkali renang gaya kupu-kupu diberikan diakhir pembelajaran dibandingkan ketiga gaya yang lainnya. Dengan melihat dan mengacu pada gerakan dan koordinasi yang kompleks mengakibatkan renang gaya kupu-kupu dianggap paling sulit dibandingkan dengan gaya yang lainnya. Gerakan tangan secara bersamaan mengayuh baik ketika berada di bawah air (*insweep*) maupun ketika tahap istirahat (*recovery*), inilah salah satu faktor seseorang ketika berenang gaya kupu-kupu sulit untuk menaikan kepala dan mengakat leher serta menghirup udara cenderung terlambat. Fleksibilitas atau kelentukan pada bagian sendi pinggang menjadi salah satu penyebab mengapa ketika mengajarkan gaya kupu-kupu lebih sulit dibandingkan pada anak-anak usia dini. Lecutan kedua kaki secara bersamaan pula yang menjadikan gaya ini teramat sulit bagi perenang pemula. 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.

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap pembelajaran pada saat perkuliahan renang di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta, ditemukan beberapa hal yang menjadi fokus penelitian sehubungan dengan kegiatan pelaksanaan perkuliahan renang. Temuan tersebut adalah kesulitan mahasiswa dalam belajar gaya kupu-kupu. Kesulitan tersebut dapat terlihat saat pelaksanaan pembelajaran berlangsung banyak yang tidak memperhatikan serta di saat waktu ujian hampir keseluruhan mahasiswa tidak lulus pada gaya tersebut. Kendala yang dialami dalam belajar gaya kupu-kupu berdasarkan hasil pengamatan yaitu:

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

Pertama, kemampuan motorik mahasiswa satu dengan yang lain berbeda-beda. *Kedua*, kurangnya minat dan apresiasi mahasiswa untuk belajar gaya kupu-kupu karena mudah lelah dan sulit. *Ketiga*, kesulitan dalam teknik ayunan gerakan lengan dan gerakan kaki. *Keempat*, kurangnya upaya tim pengajar untuk berkreasi menggunakan alat dalam proses pembelajaran.

Kesiapan individu didalam menerima materi dan praktek dengan intensitas tinggi akan menjadi rutinitas yang harus dilalui oleh peserta didik. Gerakan yang mudah hingga sulit layaknya seperti renang gaya kupu-kupu, apabila dihubungkan akan menjadikan kendala bagi yang tidak siap di dalam proses pembelajaran.

Selain itu, salah satu unsur pembelajaran dapat berjalan dengan lancar apabila dapat terpenuhi seperti: guru, siswa, media, sarana dan prasarana. Unsur sarana dan prasarana yang terbatas dalam penggunaannya menjadi permasalahan dalam pelaksanaan kegiatan belajar. Upaya tim pengajar agar mampu mengkreasikan sarana dan prasarana maupun metode pembelajaran agar gerakan sulit dapat menjadi mudah, diperlukan inovasi dan beragam kreatifitas tinggi serta kemauan untuk menggali potensi yang dimiliki. Yang utama ialah bagaimana tim pengajar jeli didalam melihat situasi mahasiswa ketika awal, proses pembelajaran hingga akhir sebagai evaluasi pembelajaran.

Pembahasan

Secara sederhana istilah pembelajaran (*instruction*) adalah upaya untuk membelajarkan seseorang atau sekelompok orang melalui satu atau lebih strategi, metode dan pendekatan tertentu ke arah pencapaian tujuan pembelajaran yang telah direncanakan. Pembelajaran merupakan suatu kegiatan terencana untuk mengkondisikan seseorang atau sekelompok orang agar bisa belajar dengan baik.

Di dalam buku Asep Herry (2008:11.3) Pembelajaran pada hakekatnya merupakan proses komunikasi transaksional yang bersifat timbal balik, baik antara guru dengan siswa, maupun antara siswa dengan siswa, untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Komunikasi transaksional adalah bentuk komunikasi yang dapat diterima, dipahami dan disepakati oleh pihak-pihak yang terkait dalam

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

proses pembelajaran. Pembelajaran pada dasarnya merupakan proses sebab akibat. Misalnya, kegiatan pembelajaran yang dirancang dengan baik, kemungkinan akan dapat membantu proses belajar siswa.

1. Hakekat Olahraga Renang

Renang merupakan salah satu olahraga air, juga merupakan kegiatan untuk mengisi waktu senggang (Rezyka, 2007: 1). Menurut Soekarno (1979: 23) yang dikutip Mukhsan N (2017) renang adalah suatu jenis olahraga yang dilakukan di air, dengan menggerakkan anggota badan dengan mengapung di air, dan seluruh anggota badan bergerak dengan bebas. Sedangkan Menurut Tetikay (2011: 4) Renang juga dapat dilakukan oleh siapa saja, tidak mengenal perbedaan jenis kelamin, perbedaan umur, laki-laki, perempuan, tua, muda, dan semua yang dapat melakukannya.

2. Teknik Dasar Gaya Kupu-Kupu

a. Posisi Badan

Ada 2 hal yang perlu diperhatikan pada gaya kupu-kupu agar dapat menghasilkan posisi badan yang *streamline*, yaitu sebagai berikut.

- 1) Pada waktu bernapas, kepala diusahakan naik serendah mungkin, asalkan mulut telah ke luar dari permukaan air dan cukup untuk mengambil napas. Secepatnya setelah selesai, pengambilan napas kepala tunduk kembali untuk menjaga posisi badan yang *streamline*.
- 2) Gerakan menendang dari kedua kaki yang merupakan pukulan kaki ikan dolphin, harus diusahakan agar tidak terlalu dalam, sebab pukulan yang terlalu dalam hanya akan menambah tahanan depan saja. Didalam buku Mekanika Start, Renang Dan Pembalikan yang dikutip Yanuar Rachman (2011: 10-11), sikap tubuh pada gaya kupu-kupu sama seperti pada gaya crawl yaitu hidrodinamis, atau hampir sejajar dengan permukaan air (*streamline*). Patokan posisi tubuh melihat dari sikap kepala ada 3 macam, yaitu: (1) kepala masuk lebih dalam hingga di bawah lengan, (2) kepala hampir sejajar dengan lengan, (3) kepala di atas lengan (Soejoko, 1992: 97). Pengamatan yang teliti dari film atau

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

serangkaian gambar-gambar dari perenang-perenang gaya kupu-kupu yang baik menunjukkan bahwa mereka melakukan *timing* pada gerakan kaki, tarikan dan pengangkatan kepala untuk bernafas sedemikian hingga secara relative badan tetap horizontal (Muhammad Muri, 2002: 40).

b. Gerakan Kaki

Tendangan kaki gaya kupu-kupu, gerakannya dimulai dari pangkal paha dengan cara menekuk kaki pada persendian lutut, penekukan kaki dilakukan kecil saja sehingga telapak kaki tidak keluar dari permukaan air, tetapi hanya dari permukaan air. Penekukan kaki atau gerakan kaki ke atas dilakukan dengan relaks dan pelan, sedangkan gerakan kaki ke bawah atau meluruskan kaki dengan kekuatan yang besar, dimana punggung kaki menendang dengan keras ke arah bawah. Pada waktu kaki bergerak ke atas, telapak kaki dari keadaan tertekuk berubah ke keadaan lurus, sedangkan pada waktu tendangan ke bawah yang keras, telapak kaki dari keadaan lurus berubah menjadi ke keadaan tertekuk.

Pada satu kali putaran lengan, tendangan kaki gaya kupu-kupu ini dilaksanakan dua kali. Kedua tendangan tersebut tidaklah sama, melainkan sedikit berbeda. Perbedaan tersebut terletak pada keras atau dalamnya tendangan kaki. Pada tendangan yang pertama dilakukan dengan kuat dan dalam sehingga mengakibatkan pantat naik cukup tinggi, sedangkan tendangan kaki yang kedua pelan dan tidak dalam. Fungsi dari tendangan kedua hanyalah untuk menormalkan gerakan pertama yang keras tadi sehingga pantat tidak melonjak tinggi ke atas, hal ini akan dapat mengurangi tahanan depan.

Gerakan Lengan

Pada gaya kupu-kupu kedua lengan harus digerakan secara serempak dan simetris antara lengan kiri dan lengan kanan. Gerakan lengan pada gaya kupu-kupu terbagi atas 2 bagian yaitu sebagai berikut.

1) Gerakan *Recovery*

Gerakan *recovery* lengan adalah gerakan lengan dari saat akhir dayungan sampai dengan saat permukaan dayungan. Gerakan *recovery*

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

lengan ini. Setelah kedua tangan ke luar dari air, tangan mulai dilemparkan ke depan pada posisi yang rendah, dalam bentuk parabola yang datar. Gerakan ini dilakukan dengan relaks. Kedua tangan masuk ke dalam air pada titik sedikit di luar garis bahu. Gerakan *recovery* lengan ini dilakukan secara serempak dan simetris antara lengan kanan dan lengan kiri.

2) Gerakan Mendayung

Gerakan mendayung dari lengan terdiri dari gerakan menarik (*pull*) dan gerakan mendorong (*push*). Setelah tangan masuk ke dalam air maka dimulailah dengan tarikan tangan ke arah luar kemudian gerakan berubah arah dengan memutar ke arah dalam. Pada saat berputar ke dalam ini lengan ditekuk $\pm 135^\circ$ pada sudut siku. Gerakan ke dalam ini masih dalam gerakan tarikan. Gerakan selanjutnya tangan berubah arah yaitu memutar ke luar. Gerakan lengan memutar ke luar ini merupakan gerakan mendorong dari lengan. Akhir dari dorongan lengan apabila kedua ibu jari tangan menyentuh paha.

Cara berlatih/belajar gerakan lengan gaya kupu-kupu :

- 1) Gunakan pelampung di jepit pada pangkal paha, kemudian luruskan dari lengan, kepala, badan dan tungkai di atas permukaan air.
- 2) Pastikan bahwa seluruh badan dan anggota badan dalam keadaan betul-betul *streamline*.
- 3) Coba lakukan gerakan lengan sedari *entry* sampai *recovery* dan kembali ke sikap *streamline* dan angkat sedikit kepala sehingga bibir keluar dari permukaan air untuk menghirup udara.
- 4) Lakukan berulang-ulang gerakan lengan sehingga luncurannya cepat dan dapat mengambil nafas tanpa merubah posisi *streamline*.

c. Pernafasan

Pernapasan pada gaya kupu-kupu dilakukan dengan mengangkat kepala ke depan seperti pada gaya dada. Pengangkatan kepala dilakukan pada saat akhir dari

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

tarikan dan permulaan dari dorongan lengan. Naiknya kepala dari permukaan air diusahakan sedikit mungkin, atau mulut telah ke luar dari permukaan air dan dapat melaksanakan pernapasan. Pengambilan nafas dilakukan dengan cepat dengan cara membuka mulut lebar-lebar dan memasukkan udara secara meledak (cepat). Secepatnya setelah mengambil napas, kepala segera diturunkan lagi untuk menghindari bertambahnya tahanan depan. Pengeluaran udara dilakukan di dalam air pada saat kepala akan ke luar dari permukaan air. Pengeluaran udara juga dilakukan secara meledak (cepat).

d. Gerakan Keseluruhan

Pada saat kedua lengan berada lurus didepan, kepala berada di bawah permukaan air, tungkai melakukan satu pukulan pelan dan ketika membuang udara dibawah permukaan air telapak tangan melebar ke samping sampai maksimal, lecutan tungkai dengan tekanan pelan berakhir sehingga membentuk posisi lurus. Lengan segera membentuk lekukan untuk melakukan sapuan (*pull*). Sapuan lengan menuju ke arah perut, kemudian tungkai mulai bergerak dengan lecutan. Pada saat lengan berada di bawah pusar sapuan lengan berakhir dan dilanjutkan dengan sapuan/dorongan (*push*), pada posisi ini kepala mulai diangkat untuk melakukan lecutan (pukulan), lecutan tungkai dilakukan bersamaan dengan sapuan atas (dorongan) dan siap mengambil nafas ke atas permukaan air. Mengambil nafas melalui mulut. Namun penghembusan nafas itu penting dilakukan melalui hidung karena dapat mencegah air masuk ke hidung (David G. Thomas, 2000: 61).

Pada gaya kupu-kupu ini harus ada persesuaian gerakan antara gerakan lengan dan gerakan kaki. Persesuaian tersebut terutama berhubungan dengan sikap badan yang naik turun secara vertikal dengan meliuk-liuk seperti halnya ikan dolphin yang sedang berenang. Pada satu kali putaran lengan terjadi tendangan kaki dua kali, keras dan lemah. Pada saat permulaan tarikan, dilakukan tendangan kaki yang pertama (keras) dan pada saat dorongan lengan, dilakukan tendangan kaki yang kedua (lemah).

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

Gaya kupu-kupu ini lebih cepat dari gaya lainnya kecuali gaya crawl. Kenyataan tersebut sudah cukup menjadi alasan mengapa gaya ini penting. Gaya ini selain diperlombakan juga merupakan salah satu anak tangga menuju waterman ship. Gaya ini tidak dipergunakan untuk penyelamatan, tidak untuk dipergunakan sambil istirahat, tidak untuk berenang jarak jauh ataupun untuk rekreasi tapi juga kadang-kadang dipergunakan untuk senam irama (David G. Thomas,1996: 85).

Modifikasi

Menurut Rusli Lutan dalam Haryati (2013:13) yang dikutip Andriyana (2017:7-8), Modifikasi adalah perubahan keadaan dapat berupa bentuk, isi, fungsi, cara penggunaan dan manfaat tanpa sepenuhnya menghilangkan aslinya. Artinya, dalam memodifikasi alat boleh berbeda dengan aslinya namun tetap harus disesuaikan dengan tujuan yang akan dicapai. Seperti halnya modifikasi dalam mata pelajaran diperlukan dengan tujuan agar siswa memperoleh kepuasan dan mengikuti pelajaran, meningkatkan siswa untuk melakukan pola gerak secara benar.

Modifikasi Alat Pelampung Botol

Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik dan menarik. Modifikasi disini mengacu pada sebuah penciptaan, penyesuaian dan menampilkan suatu alat/prasarana dan sarana yang baru, unik dan menarik terhadap suatu proses belajar mengajar dalam pendidikan jasmani. Pelaksanaan modifikasi sangat diperlukan oleh guru pendidikan jasmani sebagai salah satu alternatif atau solusi dalam mengatasi permasalahan yang terjadi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Namun dalam memodifikasi, ada beberapa prinsip yang harus diperhatikan. Yoyo Bahagia dalam Ahmad R. (2012:27) yang dikutip Andriyana (2017:12-13) menyatakan bahwa prinsip-prinsip dalam memodifikasi permainan dalam olahraga dapat dilakukan dengan cara melakukan

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

pengurangan terhadap struktur permainan yang sesungguhnya. Adapun struktur-struktur yang ada adalah

- 1) Ukuran lapangan
- 2) Bentuk, ukuran dan jumlah peralatan yang digunakan
- 3) Jenis skill yang digunakan
- 4) Peraturan yang digunakan
- 5) Organisasi permainan
- 6) tujuan permainan

Dari penjelasan keenam struktur tersebut yang dapat di modifikasi dalam penjasorkes. Dalam penelitian ini, peneliti akan memodifikasi dari struktur tersebut yaitu bentuk dan ukuran peralatan yang digunakan dalam penjas. Modifikasi yang akan dilakukan adalah modifikasi pada bentuk dan ukuran peralatan renang. Peralatan yang akan dimodifikasi adalah peralatan dalam renang yaitu *pullboy* yang terbuat dari busa berkualitas tinggi.

Berikut akan dijelaskan cara pembuatan pelampung botol dari hasil modifikasi *pullboy*. Adapun cara membuat *pullboy* modifikasi dengan menggunakan 2 botol aqua kosong ukuran 1,5 liter dengan penempatan tutup botol berbeda arah satu sama lain kemudian dieratkan menggunakan lakban.

Simpulan

Berdasarkan pada hasil pengolahan data penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa Modifikasi Alat Pelampung Botol Dapat Meningkatkan Hasil Pembelajaran Gaya Kupu-Kupu Pada Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018.

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, S. Leo dan Sri Wahyuni. 2013. *Perencanaan Pembelajaran Sejarah*. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
- Aunurrahman. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: ALFABETA.
- Cholis, N., Sugiarto Tatok & Wahyudi Usman. 2014. *Pengembangan Model Latihan Renang Gaya Kupu-Kupu Menggunakan Alat Bantu Handfin Di Klub Oscar Family Club Kabupaten Malang*. Pendidikan Jasmani, 25 (1), 89.
- Hermawa, Asep Herry. 2008. *Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Hidayah, Andriyana. 2017. *Modifikasi Alat Permainan Woodball Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Karnadi, Indik & Sumarno. 2010. *Materi Pokok Renang*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Kurnia, Dadeng & Murni Muhammad. 1998. *Pedoman Pembinaan Renang Prestasi*. Cibubur: Kantor Menteri Negara Pemuda Dan Olahraga.
- Kridiyanto, Agung. 2017. *Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Teknik Dasar Pencak Silat Melalui Model Pembelajaran Move Colour Pada Siswa Kelas XI Akuntansi 2 SMK Negeri 1 Sragen Tahun Ajaran 2017/2018*. Surakarta: Universitas Tunas Pembangunan.
- Mahendra, Agus. 2007. *Modul Teori Belajar Mengajar Motorik*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nur, Mukhson Albar. 2017. *Studi Perbedaan Pengaruh Latihan Interval 50 Meter Dan Interval 100 Meter Terhadap Peningkatan Kecepatan Renang Gaya Bebas 100 Meter Pada Atlet Putri Kelompok Umur 11-1 Tahun Almagary Solo Tahun 2016*. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan. Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
- Prasetyo, Bambang. 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif: Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gaya Kupu-kupu Mahasiswa S1 Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Menggunakan Modifikasi Alat Pelampung Botol di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2018

Feri Fitriyanto, Heriwansyah , Asena Putri, Ayuk Prastiwi

Paizaluddin dan Ermalinda. 2016. *Penelitian Tindakan Kelas Panduan Teoritis Dan Praktis*. Bandung: ALFABETA

Sriningsih. 2017. *Keterampilan Renang Gaya Kupu-Kupu Melalui Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Akuatik*. Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 9 (2), 46-47.

Suprayitno. 2014. *Pengaruh Gaya Mengajar, Renang Gaya Bebas Dan Kelentukan Terhadap Renang Gaya Kupu-Kupu*. pendidikan olahraga. 10 (2), 34.

Universitas Tunas Pembangunan. 2014. *Buku Pedoman Tahun Akademik 2014/2015*. Surakarta: Universitas Tunas Pembangunan.

Wiarso, Giri. 2015. *Inovasi Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Laksitas.

Yusuf, H.M. 2014. *Dasar-Dasar Penjas*. Surakarta: Universitas Tunas Pembangunan.