

# Bimaloka-Riadi

*by* turnitin unesa2

---

**Submission date:** 20-Jan-2025 08:40AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2531388979

**File name:** 16012025\_Artikel\_Untuk\_Bima\_Loka\_Tiffany.docx (442.42K)

**Word count:** 3186

**Character count:** 20034

## Pengaruh Audiovisual Dan Alat Bantu Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Siswa Kelas VIII SMP Negeri I Gedangan Sidoarjo

### *The Effect of Audiovisual and Assistive Devices on Freestyle Swimming Learning Outcomes of Grade VIII Students of SMP Negeri I Gedangan Sidoarjo*

Tiffany Jasmine Riadi<sup>1</sup>, Bayu Budi Prakoso<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi/fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

\*Correspondence: [bayuprakoso@unesa.ac.id](mailto:bayuprakoso@unesa.ac.id)

Received: DD/MM/YYYY; Accepted: DD/MM/YYYY; Published: DD/MM/YYYY

Cara penulisan rujukan: Penulis. (yyyy). Judul. *Bima Loka: Journal of Physical Education*, 1(1), 1-10. <https://doi.org/10.26740/bimaloka.v1i1.10989>

#### Abstrak

Renang merupakan salah satu materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Pada teknik renang gaya bebas terdapat beberapa bagian yang harus dimengerti oleh peserta didik. Dalam proses pembelajaran, media memiliki peran yang begitu penting. Untuk membantu memahami teknik dasar renang gaya bebas dapat dilakukan melalui audiovisual dan alat bantu. Alat bantu dalam pembelajaran renang gaya bebas yakni swimboard dan pullbuoy. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar pengetahuan melalui audiovisual dan keterampilan renang gaya bebas melalui alat bantu swimboard dan pullbuoy di Sekolah Menengah Pertama Negeri I Gedangan Sidoarjo. Metode yang digunakan adalah kuantitatif, weak-experimental dan desain one group pretest-posttest. Sampel penelitian menggunakan cluster random sampling. Hasil belajar pengetahuan diukur menggunakan tes tulis berupa pilihan ganda dan keterampilan diukur menggunakan tes renang gaya bebas 25m yang dinilai oleh 3 observer berlisensi renang. Hasil penelitian menunjukkan bahwasannya terdapat pengaruh audiovisual dan alat bantu terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada aspek pengetahuan dan keterampilan dengan tingkat signifikansinya sebesar 0.000 ( $p \text{ value} < 0.05$ ). Hasil belajar pada aspek pengetahuan mengalami peningkatan sebesar 52.82% dan pada aspek keterampilan sebesar 32.57. Maka dapat disimpulkan bahwa audiovisual dan alat bantu renang mempengaruhi hasil belajar renang gaya bebas dengan besar pengaruh rentang sedang.

**Kata-kata kunci:** Audiovisual; Swimboard; Pullbuoy; Hasil Belajar Renang

#### Abstract

Swimming is one of the materials in physical education learning. In freestyle swimming techniques, there are several parts that must be understood by students. In the learning process, media has a very important role. To help understand the basic techniques of freestyle swimming, audiovisual and aids can be used. The aids in learning freestyle swimming are swimboards and pullbuoys. This study aims to improve learning outcomes in knowledge through audiovisuals and freestyle swimming skills through swimboards and pullbuoys at State Junior High School I Gedangan Sidoarjo. The method used is quantitative, weak-experimental and one group pretest-posttest design. The research sample used cluster random sampling. Learning outcomes in knowledge were measured using a written test in the form of multiple choice and skills were measured using a 25m freestyle swimming test assessed by 3 licensed swimming observers. The results of the study showed that there was an influence of audiovisuals and aids on learning outcomes in freestyle swimming in the aspects of knowledge and skills with a significance level of 0.000 ( $p \text{ value} < 0.05$ ). Learning outcomes in the knowledge aspect increased by 52.82% and in the skills aspect by 32.57. It can be concluded that audiovisual and swimming aids affect the learning outcomes of freestyle swimming with a moderate range of influence.

**Keywords:** *Audiovisual; Aids; Swimboard; Pullbuoy; Swimming Learning Outcomes*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan upaya individu dalam meningkatkan dan mengembangkan potensi secara jasmani ataupun rohani sesuai dengan prinsip masyarakat dan lingkungan. Pendidikan diartikan sebagai usaha manusia untuk membina kepribadiannya berdasarkan nilai-nilai pada kebudayaan atau lingkungannya (Rosita, 2018). Pendidikan dalam dunia merupakan hal yang diperlukan bagi kehidupan manusia. Dengan diiringi oleh pendidikan, kehidupan manusia dapat berkembang menjadi lebih baik.

Dengan perkembangan zaman saat ini yang semakin maju, kebanyakan anak lebih suka bermain gadget dibandingkan melakukan aktivitas olahraga. Kondisi kesehatan dapat memburuk apabila anak kurang gerak. Oleh karena itu, Mata pelajaran PJOK sangat penting diajarkan disekolah untuk meningkatkan nilai individu yang sehat jasmani dan rohani. Pendidikan jasmani ialah proses pembelajaran dengan tujuan meningkatkan kebugaran jasmani, memperoleh pengetahuan, keterampilan motorik, kecerdasan emosional, sikap positif, serta perilaku sehat dan aktif melalui aktivitas fisik (Saitya, 2022).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan adalah pendekatan pendidikan melalui kegiatan fisik yang terencana untuk meningkatkan kebugaran fisik dan mental. Pendidikan Jasmani dapat diartikan sebagai proses belajar melalui gerakan. Karakteristik dari pendidikan jasmani yakni integrasi bermain, olahraga, dan aktivitas fisik dengan tujuan mengajar melalui pengalaman gerak (Arifin, 2017). Dengan pendapat tersebut dapat di simpulkan bahwasannya PJOK ialah suatu proses kegiatan olahraga yang bertujuan untuk hidup sehat. Hidup sehat dapat didefinisikan sebagai seseorang yang hidup sehat secara psikis dan fisik tanpa adanya masalah kesehatan. Mata pelajaran PJOK mempunyai banyak materi, salah satunya ialah materi berenang. Renang merupakan aktivitas olahraga yang dilaksanakan di air dengan menggerakkan seluruh anggota tubuh dan mempertahankan tubuh agar tetap mengapung dipermukaan air (Hita et al., 2021). Pada pagi ataupun sore hari, seseorang sering melakukan aktivitas berenang dengan tujuan yang berbeda-beda misalnya bertujuan sebagai sarana bermain, relaksasi, dan prestasi. Renang ialah cabang olahraga yang diminati banyak kalangan semua usia.

Olahraga renang dapat memberikan rasa bugar, tenang, senang, dan bergembira. Dalam cabang olahraga renang mempunyai berbagai gaya yakni gaya kupu-kupu, gaya punggung, gaya dada, dan gaya bebas yang memiliki tingkat kesulitan sendiri (Syarif, 2017). Diantara empat macam gaya dalam berenang, gaya bebas ialah gaya dasar yang tepat untuk diajarkan kepada orang yang baru belajar ataupun pemula karena gaya bebas cukup mudah dibandingkan ketiga gaya lainnya yakni gaya kupu, punggung, dan dada (Hidayat, 2019). Pembelajaran renang gaya bebas melibatkan beberapa aspek yakni pengenalan air, teknik dasar, penggunaan alat bantu, dan penggunaan media.

Penggunaan alat bantu renang dapat membantu posisi tubuh menjadi streamline atau datar. Dari berbagai alat bantu renang, *swimboard* dan *pullbuoy* dapat membantu mengapung sehingga mempermudah dalam menguasai gerak dasar renang (Ramadhan, 2018). Kemampuan renang gaya bebas dapat meningkat dengan penggunaan alat bantu *swimboard* dan *pullbuoy*.

Media pembelajaran merupakan sarana sebagai proses pembelajaran yang digunakan oleh pengajar untuk mempermudah dalam penyampaian materi yang akan diajarkan (Anshori, 2018). Penggunaan media yang tepat dapat menimbulkan pengalaman belajar dengan melibatkan indra penglihat dan pendengar sehingga pemahaman siswa meningkat dan

berpengaruh pada hasil belajar yang baik (Fridayanti et al., 2022). Salah satu media yang dapat dimanfaatkan oleh guru untuk penyampaian materi pembelajaran ialah audiovisual (Bastomi, 2017). Media sebagai sarana pendidikan yang membantu proses belajar-mengajar sehingga dapat menumbuhkan motivasi belajar siswa dalam proses pembelajaran. Penggunaan media audiovisual dapat mempengaruhi hasil kualitas pembelajaran karena siswa dapat menerapkannya dalam proses gerak.

SMP Negeri I Gedangan Sidoarjo ialah salah satu sekolah yang menerapkan pembelajaran renang baru dimulai pada tahun 2022. Lokasi SMP Negeri I Gedangan Sidoarjo berada di Jalan Rajawali 53, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Berdasarkan hasil wawancara guru PJOK (Johan, 26 april 2024), siswa masih belum mengetahui mengenai materi renang. Sejak tahun 2000 kebawah pembelajaran renang di SMP Negeri I Gedangan Sidoarjo hanya dilakukan di ruang kelas tanpa pernah ada praktik keterampilan berenang dikolam renang. Hal tersebut dikarenakan terkendalanya sarana prasarana serta kondisi lingkungan sehingga menyebabkan hasil belajar renang kurang maksimal.

Berdasarkan hasil pengamatan observasi selama kegiatan praktik pembelajaran renang berlangsung, gerakan siswa renang gaya bebas dapat dikatakan belum cukup baik karena saat pembelajaran renang banyak siswa mengalami kesulitan mengambil nafas sehingga siswa seringkali tercedak dan berhenti tidak melanjutkan gerakan. Saat berenang siswa hanya sekedar bisa tanpa mengetahui sikap posisi tubuh, gerakan kaki, gerakan lengan, cara ambil nafas, dan koordinasi gerakan dengan baik. Selama pembelajaran renang siswa tidak pernah menggunakan alat bantu renang apa pun. Oleh karena itu, perlunya penggunaan audiovisual dan alat bantu renang sebagai sarana untuk membantu dalam penyampaian meningkatkan pengetahuan dan keterampilan gerakan renang gaya bebas.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis eksperimen lemah (*weak experimental*). *One Group Pretest-Posttest design* digunakan pada penelitian ini. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan sebab akibat antar variabel (Maksum, 2018). Pada penelitian ini hanya akan memenuhi dua hal yaitu perlakuan dan ukuran keberhasilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh apabila siswa diberikan sebuah perlakuan (*treatment*).



Gambar One Grup Pretest-Posttest design

### Keterangan

- T1 = Pretest
- X = Perlakuan (*Treatment*)
- T2 = Posttest

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri I Gedangan Sidoarjo jumlah 9 kelas dengan total 321 siswa. Peneliti menggunakan cluster random sampling sebagai sampel penelitian. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 33 siswa. Cara pengambilan

sampel dengan cara mengumpulkan seluruh ketua kelas VIII dan masing-masing ketua kelas mengambil undian yang telah disediakan untuk menjadi sampel penelitian. Saat ketua mengambil undian tersebut bertulis sampel, maka kelas tersebut akan menjadi sampel penelitian.

Penelitian ini dilakukan sebanyak 6 sesi dengan rincian sesi ke-1 adalah pretest pengetahuan, sesi ke-2 adalah pretest keterampilan renang, sesi ke-3 dan 4 adalah treatment audiovisual dan alat bantu, sesi ke-5 adalah posttest keterampilan renang, dan sesi ke-6 adalah posttest pengetahuan. Penilaian saat pretest dan posttest keterampilan renang dinilai oleh 3 observer yang telah lulus matakuliah dasar renang dan lanjutan serta memiliki lisensi renang. Pengumpulan data menggunakan observasi, dokumentasi, tes dan pengukuran.

**Tabel 1.** Prosedur Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Sesi	Kegiatan	Deskripsi
1	Pretest Pengetahuan	Pendahuluan : Berdoa dan presensi Inti : Tes soal pilihan ganda mengenai renang gaya bebas di ruang kelas Penutup : Penyampaian informasi dan berdoa Teknik : Tes dan pengukuran
2 dan 3	Pretest Keterampilan Dilanjutkan Treatment I Audiovisual dan Alat Bantu (Swimboard, Pullbuoy)	Pendahuluan : Berdoa, presensi, dan pemanasan Inti : <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tes renang 25m gaya bebas</li> <li>2. Treatment Audiovisual melalui video pembelajaran teknik renang gaya bebas</li> <li>3. Treatment Alat Bantu (Swimboard dan Pullbuoy)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meluncur tanpa gerakan kaki menggunakan swimboard</li> <li>• Gerakan kaki gaya bebas menggunakan swimboard</li> <li>• Gerakan kaki gaya bebas dengan satu lengan memegang swimboard</li> <li>• Gerakan satu lengan gaya bebas menggunakan swimboard</li> <li>• Gerakan koordinasi gaya bebas menggunakan swimboard</li> <li>• Gerakan kaki gaya bebas menggunakan pullbuoy</li> <li>• Gerakan koordinasi gaya bebas menggunakan pullbuoy</li> </ul> </li> </ol> Penutup : Pendinginan, evaluasi, dan berdoa Teknik : Observasi, dokumentasi, tes, dan pengukuran
4 dan 5	Treatment I Audiovisual dan Alat Bantu (Swimboard, Pullbuoy) Dilanjutkan	Pendahuluan : Berdoa, presensi, dan pemanasan Inti : <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Treatment Audiovisual melalui video pembelajaran</li> </ol>

	Posttest Keterampilan	<p>teknik dasar renang gaya bebas</p> <p>2. Treatment Alat Bantu (Swimboard dan Pullbuoy)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meluncur tanpa gerakan kaki menggunakan swimboard</li> <li>• Gerakan kaki gaya bebas menggunakan swimboard</li> <li>• Gerakan kaki gaya bebas dengan satu lengan memegang swimboard</li> <li>• Gerakan satu lengan gaya bebas menggunakan swimboard</li> <li>• Gerakan koordinasi gaya bebas menggunakan swimboard</li> <li>• Gerakan kaki gaya bebas menggunakan pullbuoy</li> <li>• Gerakan koordinasi gaya bebas menggunakan pullbuoy</li> </ul> <p>3. Tes renang 25m gaya bebas</p> <p>Penutup : Pendinginan, evaluasi, dan berdoa</p> <p>Teknik : Observasi, dokumentasi, tes, dan pengukuran</p>
6	Posttest Pengetahuan	<p>Pendahuluan : Berdoa dan presensi</p> <p>Inti : Tes soal pilihan ganda mengenai renang gaya bebas di ruang kelas</p> <p>Penutup : Berdoa</p> <p>Teknik : Tes dan pengukuran</p>

Instrumen penelitian ini terdiri dari dua aspek untuk mengukur peningkatan renang gaya bebas peserta didik yaitu pengetahuan dan keterampilan. Pada aspek pengetahuan melalui soal pilihan ganda yang berkaitan dengan materi renang gaya bebas sedangkan untuk aspek keterampilan diukur melalui rubrik penilaian renang gaya bebas peserta didik melakukan tes renang gaya bebas 25m.

**Tabel 2.** Rubrik Penilaian Pengetahuan Renang Gaya Bebas

No	Indikator Soal	Level Kognitif	No Soal
1	Siswa dapat menyebutkan alat bantu dalam renang gaya bebas	C1	1
2	Siswa dapat mengetahui pemegang rekor renang medali emas terbanyak	C1	2
3	Siswa dapat menjelaskan gerakan kaki gaya bebas	C2	3
4	Siswa dapat menjelaskan pengambilan nafas renang gaya bebas	C2	4
5	Siswa dapat menjelaskan posisi tubuh saat berenang gaya bebas	C2	5
6	Siswa dapat menentukan manfaat berenang bagi kesehatan	C3	6

7	Siswa dapat menentukan manfaat penggunaan alat bantu swiboard dan pullbuoy dalam pembelajaran renang gaya bebas	C3	7
8	Siswa dapat menyimpulkan gerakan lengan gaya bebas	C4	8
9	Siswa dapat menganalisis penyebab seorang perenang gaya bebas mengalami kesulitan dalam mempertahankan posisi tubuh	C4	9
10	Siswa dapat menganalisis pengambilan nafas renang renang gaya bebas	C4	10

**Tabel 3.** Rubrik Penilaian Keterampilan Renang Gaya Bebas

Keterampilan Renang Gaya Bebas		
Nilai	Yes	No
No	<i>Body Position</i>	
1	Posisi badan flat	
2	Posisi pinggul tetap dibawah air	
3	Posisi kaki tetap dibawah air	
4	Pandangan mata ke bawah	
5	Saat tangan bergerak pinggang berguling dengan bahu	
	<i>Leg Action</i>	
1	Bergerak secara terus-menerus	
2	Kaki bergerak mulai dari pinggang	
3	Kedua kaki saling berdekatan	
4	Gerakan kaki seimbang dengan tangan	
5	Gerakan tumit memecah air	
	<i>Arm Action</i>	
1	Saat melakukan gerakan tangan kaki terus bergerak	
2	Gerakan tangan menarik air sampai paha	
3	Saat melakukan nafas yang pasif posisi tetap rata-rata air tidak turun	
4	Posisi kepala saat nafas menempel air	
5	Saat <i>recovery</i> siku mengangkat tinggi	
6	Saat <i>recovery</i> lengan ditekuk	

Sumber : Adopsi dari Galuh Tiara Krisna Putri (2020)

Setelah memilih metode penelitian, sampel, prosedur, instrumen, maka hal terakhir yang dilakukan adalah analisis data. Teknik analisis data memanfaatkan aplikasi IBM statistik SPSS. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji deskriptif, uji normalitas, t-test dependent, dan besar perbedaan yang terjadi antara pretest dan posttest dengan persentase diklasifikasikan terdiri tiga kategori yakni:

**Tabel 4.** Klasifikasi Nilai Peningkatan Pretest dan Posttest

No	Rentang Nilai Peningkatan	Keterangan
1	Di Bawah 30%	Rendah

2	30% - 69.9%	Sedang
3	70% Ke Atas	Tinggi

Sumber: Pendidikan Menengah Kejuruan edisi 2004 dalam Setyorini (2016)

## HASIL

**Tabel 5.** Nilai Analisis Deskriptif Dan Normalitas Data

Aspek	Tes	N	Min	Max	Mean	SD	Skewness	Kurtosis
Pengetahuan	Pre	33	30.00	90.00	67.27	14.84	-0.352	0.262
	Post	33	70.00	100.00	84.54	8.69	0.148	-0.511
Keterampilan	Pre	33	3.00	10.00	5.36	2.20	0.994	0.142
	Post	33	5.00	15.00	8.54	3.09	0.820	-0.877

Dari tabel 5 hasil data pengetahuan nilai pretest diperoleh nilai *min* 30.00, *max* 90.00, *mean* 67.27 dan *std.deviasi* 14.84 . Adapun hasil posttest pengetahuan diperoleh nilai *min* 70.00 , *max* 100.00, *mean* 84.54 dan *std.deviasi* 8.69. Pada hasil dari data keterampilan pretest diperoleh *min* 3.00, *max* 10.00, *mean* 5.36, dan *std.deviasi* 2.20. Adapun hasil posttest keterampilan diperoleh nilai *min* 5.00 ,*max* 15.00,*mean* 8.54, dan *std.deviasi* 3.09.

Pada uji normalitas menggunakan *skewness*. Analisis data menggunakan statistik deskriptif untuk menentukan data berdasarkan *skewness* dengan rentang nilai  $-1 \leq x \leq 1$  (Dinata, Priambodo, Hariyanto, Ristanto, & Prakoso, 2020). Dari hasil uji *skewness* data pretest, posttest pada aspek pengetahuan dan keterampilan berdistribusi normal dikarenakan data memenuhi rasio nilai uji *skewness*.

**Tabel 6.** Uji Data Paired Sample T-Test

Aspek	t	Sig	Simpulan
Pengetahuan	10.095	0.000	Beda
Keterampilan	7.743	0.000	Beda

Tabel 6 menunjukkan data uji *paired sample t-test* pada aspek pengetahuan dan keterampilan memiliki sig 0,000 di bawah 0,05 yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil belajar pengetahuan dan keterampilan renang gaya bebas menggunakan audiovisual dan alat bantu renang.

**Tabel 7.** N Gain Score Persen

Aspek	Tes	Mean	$\Delta$	Gain %	Simpulan
Pengetahuan	Pre	67.27	17.27	52.82%	Sedang
	Post	84.55			
Keterampilan	Pre	5.36	3.18	32.57%	Sedang
	Post	8.54			



Tabel 7 memperlihatkan hasil perhitungan *N gain* pada aspek pengetahuan memperoleh *N gain score* sebesar 52.82% sehingga nilai peningkatan *pre-test* dan *post-test* maka termasuk rentang sedang. Pada aspek keterampilan memperoleh hasil *N gain* sebesar 32.57% sehingga nilai peningkatan *pre-test* dan *post-test* maka termasuk rentang sedang. Jadi dapat disimpulkan bahwasannya setelah diberikan treatment ataupun perlakuan hasil belajar siswa pada pengetahuan pembelajaran renang gaya bebas meningkat 52.82 % sedangkan keterampilan meningkat sebesar 32.57%.

**Tabel 8.** Kriteria Kelayakan Media Pembelajaran

No	Persentase	Kategori Kelayakan
1	80.1% - 100%	Valid
2	70.1% - 80%	Cukup Valid
3	50.1% - 70%	Kurang Valid
4	0% - 50%	Tidak Valid

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

$$P = \frac{40}{42} \times 100\%$$

$$P = 95.23\%$$

Keterangan:

P : Angka Persentase

F : Skor yang Diperoleh

N : Jumlah Frekuensi ataupun Skor Maksimal

Sumber (Taufik & Doyan, 2022)

Tabel 8 menunjukkan hasil penilaian validitas media audiovisual oleh validator terkait aspek materi dan media menunjukkan persentase validitas sebesar 95.23% yang termasuk dalam kategori valid, sehingga pengembangan media ini dapat dikatakan layak untuk diterapkan sebagai inovasi kegiatan pembelajaran

## DISKUSI

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang mempunyai tujuan untuk mengetahui pengaruh audiovisual dan alat bantu terhadap hasil belajar renang gaya bebas. Hasilnya menunjukkan signifikansi 0,000 (p value < 0,05) yang berarti terdapat perbedaan antara rata-rata nilai *pretest* dan *posttest*. Sedangkan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar setelah diberikan perlakuan (*treatment*) hasilnya menunjukkan peningkatan hasil belajar pada aspek pengetahuan 52.82% dan aspek keterampilan 32.57%, keduanya masuk dalam kategori sedang.

Sesuai landasan teori audiovisual merupakan kombinasi perpaduan gambar dan suara yang bertujuan untuk menunjang kegiatan pembelajaran (Fitria, 2014). Penggunaan media yang tepat dapat meningkatkan pengalaman belajar dengan melibatkan indra penglihatan dan pendengar sehingga dapat meningkatkan pemahaman siswa dan berpengaruh pada hasil belajar yang baik. Sedangkan alat bantu adalah benda yang digunakan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan pikiran, perasaan, kemampuan, dan keterampilan dengan tujuan untuk

mendukung tercapainya proses belajar yang lebih efektif (Rahman, 2023). Alat bantu untuk pembelajaran renang yang dimaksud adalah swimboard dan pullbuoy. Fungsi swimboard dan pullbuoy adalah sebagai alat bantu belajar berenang karena dapat membantu mengapungkan tubuh diatas permukaan air. Siswa harus sungguh-sungguh ketika pembelajaran menggunakan audiovisual dan alat bantu (*swimboard & pullbuoy*) untuk memaksimalkan hasil belajar renang gaya bebas.

Penerapan audiovisual menggunakan bentuk video pembelajaran yang dapat diakses melalui komputer, laptop, dan handphone dengan menyajikan video renang gaya bebas. Pada video pembelajaran renang gaya bebas ini meliputi posisi tubuh, gerakan lengan, pengambilan nafas, gerakan kaki, dan koordinasi gerakan yang terdiri dua video yaitu renang gaya bebas dengan alat bantu dan tanpa alat bantu renang yang nantinya di terapkan dalam proses gerak. Video pembelajaran ini diunggah dimedia sosial agar siswa dapat mempelajari materi renang gaya bebas pada saat pembelajaran renang ataupun diluar pembelajaran berlangsung.

Audiovisual dan alat bantu merupakan media pembelajaran yang dapat membantu siswa untuk memperbaiki atau meningkatkan hasil belajar. Diperkuat pada penelitian yang relevan dengan penelitian hasil oleh Ahmad & Hasanuddin (2019) bahwa media audiovisual berpengaruh terhadap hasil belajar renang gaya bebas ( $p=0.000<0.05$ ). Penelitian oleh Nugroho (2020) terdapat pengaruh media audiovisual terhadap hasil belajar renang gaya dada ( $p=0.000<0.05$ ). Penelitian oleh Ramadhani (2024) bahwa penggunaan alat bantu *swimboard* dan *pullbuoy* berpengaruh terhadap hasil belajar renang gaya bebas ( $p=0.000<0.05$ ). Penelitian oleh Hartoto & Apriliyanto (2017) bahwa penggunaan alat bantu papan luncur dan *pullbuoy* berpengaruh terhadap hasil belajar renang gaya bebas ( $p=0.000<0.05$ ).

Dari 33 subjek siswa saat pelaksanaan pretest keterampilan renang tidak ada siswa yang mampu menempuh renang gaya bebas dengan jarak 25m. Saat pelaksanaan posttest terdapat 4 siswa yang mampu menempuh renang gaya bebas dengan jarak 25m. Walaupun siswa lainnya yang tidak mampu menempuh renang gaya bebas dengan jarak 25m namun teknik berenang gaya bebas meningkat. Audiovisual dan alat bantu renang dapat mempengaruhi hasil belajar karena penggunaan audiovisual siswa dapat menerapkannya dalam proses gerak setelah menonton video pembelajaran sedangkan penggunaan alat bantu sebagai dapat menumbuhkan rasa percaya diri siswa, menghilangkan rasa takut pada air, siswa memiliki rasa unsur gembira, dan mempermudah siswa dalam pelaksanaan pembelajaran *drill* renang gaya bebas yang dilakukan beberapa repetisi meliputi posisi tubuh, gerakan kaki, gerakan lengan, pengambilan nafas, dan koordinasi gerakan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “Pengaruh Audiovisual dan Alat Bantu Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Siswa Kelas VIII SMP Negeri I Gedangan Sidoarjo”, maka dapat disimpulkan hasil penelitian menyatakan terdapat pengaruh audiovisual dan alat bantu terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada aspek pengetahuan dan keterampilan dengan tingkat signifikannya sebesar 0,000 ( $p$  value  $<0,05$ ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa besar pengaruh audiovisual dan alat bantu terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada aspek pengetahuan sebesar 52.82% dan pada aspek keterampilan sebesar 32.57% sehingga dari kedua hasil besar pengaruh termasuk sedang.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada dosen pembimbing, guru PJOK, serta siswa atas kontribusi dalam penelitian mengenai renang gaya bebas terhadap hasil belajar. Kolaborasi ini sangat berharga dalam meningkatkan pemahaman kita terkait renang gaya bebas. Terima kasih atas dedikasi dan kerjasamanya dalam menyelenggarakan penelitian ini..

## **REFERENSI**

# Bimaloka-Riadi

## ORIGINALITY REPORT

19%

SIMILARITY INDEX

16%

INTERNET SOURCES

13%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="https://eprints.uns.ac.id">eprints.uns.ac.id</a> Internet Source	2%
2	<a href="https://jipp.unram.ac.id">jipp.unram.ac.id</a> Internet Source	2%
3	Sri Hidayati, I Bagus Endrawan, Donny Anhar Fahmi. "Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Lari Sprint 100 Meter Melalui Metode Bermain Lari Zig-Zag Rintang Cone", Citius : Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, 2024 Publication	1%
4	<a href="https://jptam.org">jptam.org</a> Internet Source	1%
5	Dzihan Khilmi Ayu Firdausi. "Peningkatan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas", JUARA : Jurnal Olahraga, 2018 Publication	1%
6	<a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1%
7	<a href="https://repository.umpalopo.ac.id">repository.umpalopo.ac.id</a>	

Internet Source

<1 %

8

Alpin Halimi, Indra Safari, Tedi Supriyadi.  
"Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing  
dalam Permainan Sepak Bola melalui  
Pendekatan Tutor Teman Sebaya",  
Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan  
Jasmani dan Olahraga (JPJO), 2024

Publication

<1 %

9

[ejournal.undiksha.ac.id](http://ejournal.undiksha.ac.id)

Internet Source

<1 %

10

[jurnal.anfa.co.id](http://jurnal.anfa.co.id)

Internet Source

<1 %

11

[eprints.uad.ac.id](http://eprints.uad.ac.id)

Internet Source

<1 %

12

[mochlutfi15.wordpress.com](http://mochlutfi15.wordpress.com)

Internet Source

<1 %

13

[repository.ub.ac.id](http://repository.ub.ac.id)

Internet Source

<1 %

14

[zombiedoc.com](http://zombiedoc.com)

Internet Source

<1 %

15

Reny Yuhana. "Penerapan Model  
Pembelajaran Kooperatif Make A Match  
Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil  
Belajar Siswa Dalam Pembelajaran IPS Pokok  
Bahasan Usaha Perjuangan Mempertahankan

<1 %

Kemerdekaan Indonesia Pada Siswa Kelas IX-G Semester Ganjil SMP Negeri 4 Kota Madiun Tahun Pelajaran 2015/2016", AGASTYA:  
JURNAL SEJARAH DAN PEMBELAJARANNYA,  
2016

Publication

16

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Internet Source

<1 %

17

[digilib.unimed.ac.id](http://digilib.unimed.ac.id)

Internet Source

<1 %

18

[e-journal.hikmahuniversity.ac.id](http://e-journal.hikmahuniversity.ac.id)

Internet Source

<1 %

19

[id.123dok.com](http://id.123dok.com)

Internet Source

<1 %

20

[ijrp.org](http://ijrp.org)

Internet Source

<1 %

21

[inspiree.review](http://inspiree.review)

Internet Source

<1 %

22

[repository.radenintan.ac.id](http://repository.radenintan.ac.id)

Internet Source

<1 %

23

[sehat-jr.blogspot.com](http://sehat-jr.blogspot.com)

Internet Source

<1 %

24

[ejournal.politeknikkesehatankartinibali.ac.id](http://ejournal.politeknikkesehatankartinibali.ac.id)

Internet Source

<1 %

25

[olahraganesia.id](http://olahraganesia.id)

Internet Source

<1 %

26

[pasca.um.ac.id](http://pasca.um.ac.id)

Internet Source

<1 %

27

[salnesia.id](http://salnesia.id)

Internet Source

<1 %

28

[adoc.tips](http://adoc.tips)

Internet Source

<1 %

29

[eprints.umm.ac.id](http://eprints.umm.ac.id)

Internet Source

<1 %

30

[j-innovative.org](http://j-innovative.org)

Internet Source

<1 %

31

[media.neliti.com](http://media.neliti.com)

Internet Source

<1 %

32

[www.grafiati.com](http://www.grafiati.com)

Internet Source

<1 %

33

[www.researchgate.net](http://www.researchgate.net)

Internet Source

<1 %

34

[www.scribd.com](http://www.scribd.com)

Internet Source

<1 %

35

Roswita Lioba Nahak. "Pengembangan Asesmen Diagnostik Kognitif Berbasis Kearifan Lokal Masyarakat Ende Lio",  
EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN, 2024

Publication

<1 %

36	<a href="http://adoc.pub">adoc.pub</a> Internet Source	<1 %
37	<a href="http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id">digilib.iain-palangkaraya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
38	<a href="http://e-journal.hamzanwadi.ac.id">e-journal.hamzanwadi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
39	<a href="http://ejournal.unp.ac.id">ejournal.unp.ac.id</a> Internet Source	<1 %
40	<a href="http://eprints.ums.ac.id">eprints.ums.ac.id</a> Internet Source	<1 %
41	<a href="http://id.scribd.com">id.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
42	<a href="http://repository.um.ac.id">repository.um.ac.id</a> Internet Source	<1 %
43	Ade Gafar Abdullah, Tutin Aryanti, Agus Setiawan, Maizam Binti Alias. "Regionalization and Harmonization in TVET", CRC Press, 2017 Publication	<1 %
44	Johni Melvin Tahapary, Jusak Syaranamual. "LATIHAN TEKNIK DASAR DAPAT MENINGKATKAN HASIL RENANG GAYA BEBAS", JARGARIA SPRINT: Journal Science of Sport and Health, 2020 Publication	<1 %
45	<a href="http://ejurnal.budiutomomalang.ac.id">ejurnal.budiutomomalang.ac.id</a> Internet Source	<1 %



<1 %

---

46

zulfiannn.wordpress.com  
Internet Source

<1 %

---

Exclude quotes      On

Exclude matches      Off

Exclude bibliography      On