

**PERBANDINGAN METODE PEMBELAJARAN LANGSUNG DAN METODE PEMBELAJARAN  
TIDAK LANGSUNG TERHADAP HASIL BELAJAR RENANG GAYA DADA  
(Studi Pada Siswa Kelas V SDN Leminggir Kabupaten Mojokerto)**

**Mokhamad Fuad Hamzah**

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya, [fuadhamzah10@gmail.com](mailto:fuadhamzah10@gmail.com)

**Setiyo Hartoto**

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya

**Abstrak**

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang memiliki fungsi dan peranan dalam peningkatan kemampuan siswa baik dari kompetensi sikap, pengetahuan dan keterampilan. Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) guru harus memahami kondisi siswa dan perlu memilih metode pembelajaran yang cocok agar materi yang diajarkan dapat tersampaikan oleh siswa. Salah satu metode yang digunakan adalah dengan menerapkan metode pembelajaran langsung dan tidak langsung. Tujuan penelitian ini adalah 1. Untuk mengetahui perbandingan hasil belajar renang gaya dada dengan metode pembelajaran langsung dan metode pembelajaran tidak langsung 2. Untuk mengetahui seberapa besar perbandingan metode pembelajaran langsung dan model pembelajaran tidak langsung terhadap hasil belajar renang gaya dada. Penelitian ini merupakan penelitian *true experiment* dan desain yang digunakan adalah *The Static Group Pretest-Posttest Design*, populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Leminggir Kec. Mojosari Kab. Mojokerto dengan jumlah 30 siswa. Dalam penelitian ini teknik pengambilan subyek penelitian menggunakan teknik *ordinal peiring* yaitu dengan cara memberikan pretest, kemudian dari hasil pretest dirangking setelah itu dibagi dalam kelompok (A) dan kelompok (B), sehingga kedua kelompok mempunyai keterampilan yang merata. Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh skor rata-rata *pre-test* dan *post-test* pembelajaran langsung dan pembelajaran tidak langsung. Pada pembelajaran langsung, skor rata-rata *pre-test* sebesar 51,1 dan skor *post-test* sebesar 52,9 sedangkan pada pembelajaran tidak langsung skor rata-rata *pre-test* sebesar 52,4 dan skor *post-test* sebesar 56,9. Berdasarkan selisih skor rata-rata *pre-test* dan *post-test*, pada pembelajaran langsung terjadi peningkatan hasil belajar sebesar 3,5% sedangkan pada pembelajaran tidak langsung terjadi peningkatan hasil belajar sebesar 8,5%. Berdasarkan data di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan tetapi tidak signifikan antara metode pembelajaran langsung dan metode pembelajaran tidak langsung. Pembelajaran tidak langsung lebih mampu meningkatkan hasil belajar renang gaya dada dibandingkan dengan kelompok pembelajaran langsung.

**Kata Kunci** : Metode Pembelajaran, Renang Gaya Dada, Hasil Belajar.

**Abstract**

Physical Education , Sport and Health ( PJOK ) is a subject that has a function and a role in improving students' abilities both on the competence of the attitude , knowledge and skills . On learning of Physical Education , Sport and Health ( PJOK ) teachers need to understand the condition of students and the need to choose a suitable learning methods so that the material being taught can be delivered by students . One method used is to apply the learning methods of direct and indirect. The Purpose of this research is to know the comparison swimming breast stroke learning outcomes with direct learning method and indirect learning method and to know how big comparison direct learning method and indirect learning method to the swimming breast stroke learning outcomes. This research is included in true experiment with the static group pretest-posttest design. The population of this research is the student of class V SDN Leminggir which have amount 30 students. In this research study subjects taking technique using ordinal peiring technique that is by giving the pretest , then from pretest results are ranked after it is divided into groups ( A ) and group ( B ) , so that both groups have equal skills. Based on these results , obtained an average score pre -test and post-test direct learning method and indirect learning method. In the direct learning method, the average score of 51.1 pre-test and post-test score of 52.9 , while the indirect learning method an average score of 52.4 pre-test and post-test score of 56.9 . Based on the average scores of pre-test and post-test , the direct learning method outcomes increased by 3.5 % while in the indirect learning method outcome at 8.5% According to the data, can be concluded there are differences but not significant between direct learning method and indirect learning method. Indirect learning groups be able to increase swimming breast stroke learning outcomes compared with direct learning groups.

**Keywords** : Learning method, Swimming breast stroke, Learning outcomes

## PENDAHULUAN

Era modern ini pendidikan semakin lama dituntut untuk membenahi diri. Generasi muda seakan-akan diharuskan untuk mempunyai pendidikan yang berkualitas yang sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Peran pendidikan sangat berpengaruh dalam pembentukan jasmani, akal dan akhlak seseorang sejak dilahirkan hingga dia mati, dimana pendidikan tersebut dapat bermanfaat dikemudian hari. Menurut UU Tahun 2003 Nomor 20 tentang SISDIKNAS mengemukakan bahwa:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat.

Melihat pernyataan di atas mengenai pengertian pendidikan, maka Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) mempunyai arti penting dalam proses pembangunan bangsa, karena merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang dilaksanakan pada jenjang pendidikan dasar, menengah, bahkan pada pendidikan tinggi. Dalam Permendiknas No. 22 (2006:194) menyatakan bahwa tujuan Pendidikan Jasmani yaitu “untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral dan aspek pola hidup sehat.” Berdasarkan isi Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan mempunyai peranan penting dalam pembentukan manusia seutuhnya. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai, yaitu sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial dan lain-lain.

Kegiatan belajar merupakan masalah yang sangat kompleks dan melibatkan keseluruhan aspek psiko-fisik bukan saja aspek kejiwaan, tetapi juga aspek neuro-fisiologis. Sebagai sebuah proses belajar dan pembelajaran menjadi faktor sentral dalam meraih tujuan pengajaran dan pendidikan di sekolah (Husdarta, 2000: 2).

Dalam proses belajar mengajar diperlukan metode pembelajaran yang tepat. Metode belajar mengajar merupakan aspek penting dalam proses belajar mengajar. Metode pembelajaran adalah jalan menuju tujuan belajar mengajar. Metode pembelajaran mempunyai hubungan

fungsional yang kuat dengan tujuan. Memilih dan menetapkan metode pembelajaran berarti telah menetapkan pula tujuan yang dicapai. Dalam menyusun strategi, kajian tentang penggunaan metode pembelajaran ini mempunyai kedudukan utama (Supandi, 1992: 2).

Isi yang terkandung di dalam metode pembelajaran adalah metode pengajaran yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Salah satu pengembangan metode pembelajaran adalah pendekatan langsung dan tidak langsung. Ada beberapa macam bentuk metode pembelajaran yang salah satunya digunakan dalam penelitian ini adalah metode pembelajaran langsung dan tidak langsung, pemilihan metode ini dikarenakan kedudukan metode ini lebih mudah dilakukan. Metode pembelajaran langsung adalah pengajaran yang terpusat pada guru karena peranan guru adalah sebagai penyaji materi dan penjelas materi yang disampaikan langsung kepada siswa disertai dengan memberikan contoh selanjutnya. Jadi siswa akan lebih memahami apa yang sedang diajarkan pengajar. Sedangkan metode pembelajaran tidak langsung adalah suatu proses membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik tanpa arahan dari guru. Kekuasaan dan keluasaan itu yang nantinya akan memberikan penilaian terhadap kemajuan saat melakukan renang yang akan dilakukan sendiri.

Dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) terdapat sembilan ruang lingkup yaitu permainan dan olahraga, pembelajaran atletik, pembelajaran beladiri, pembelajaran senam lantai, pembelajaran aktivitas gerak berirama, pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani, akuatik (aktivitas air), pendidikan luar kelas dan kesehatan meliputi budaya hidup sehat. Diantara materi-materi yang tertera di atas semua aktivitas geraknya dilakukan di darat, hanya pendidikan aktivitas air yang dilakukan di dalam air. Aktivitas air meliputi permainan di air, keselamatan saat di air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya. Di dalam kehidupan sehari – hari seseorang tidak hanya hidup di ruang lingkup daratan saja, namun ada kalanya seseorang harus mampu dan bertahan apabila berada di dalam air. Renang merupakan suatu kegiatan yang sangat penting untuk dikuasai oleh seorang individu untuk mempertahankan dirinya pada saat berada di air. Selain untuk menjaga keselamatan atau alat perlindungan diri, renang pada era modern saat ini bisa digunakan untuk meraih prestasi yang berguna bagi kehidupan individu tersebut.

Dalam perkembangannya pembelajaran renang di sekolah tidak hanya dilaksanakan pada kegiatan ekstrakurikuler saja namun sudah masuk menjadi kegiatan intrakurikuler. Namun bagi siswa yang belum pernah mendapat pembelajaran renang cenderung akan merasa

takut, bingung serta kurang paham atas apa yang disampaikan oleh guru pada umumnya karena belum memiliki kemampuan berenang dan takut tenggelam, jika guru tersebut langsung masuk pada teknik gaya yang akan diajarkan. Diantara empat gaya yang ada pada renang, saya memilih gaya dada karena gaya dada dianggap gaya renang yang bisa dilakukan dengan santai atau gerakannya bisa dilakukan pelan-pelan. Sehingga cocok untuk pembelajaran di awal untuk orang yang ingin belajar berenang. Namun gaya dada juga memiliki tingkat kesulitan tersendiri pada rotasi tangan dan kaki karena gerakannya yang tidak bersamaan.

Di dalam penelitian ini peneliti melakukan penelitian pada siswa kelas V SDN Leminggir Kabupaten Mojokerto, menurut guru PJOK dalam sekolah ini masi belum mempunyai prasarana yaitu kolam renang dan tempat kolam yang jauh dari sekolah SDN Leminggir, dalam proses pembelajaran guru PJOK mengalami kesulitan pembelajaran renang, karena siswa lebih banyak bermainnya daripada melakukan pembelajaran renang, karena usia anak SD cenderung lebih banyak bermain apalagi waktu berada di air. Oleh karena itu guru harus memahami kondisi siswa dan perlu memilih metode pembelajaran yang cocok agar materi yang diajarkan dapat tersampaikan oleh siswa dan dapat merubah siswa yang tadinya malas menjadi bersemangat untuk mengikuti pelajaran yang akan diajarkan.

Berdasarkan uraian di atas maka penelitian yang dilakukan peneliti diberi judul “Perbandingan Metode Pembelajaran Langsung Dan Metode Pembelajaran Tidak Langsung Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Dada”.

**METODE**

Sesuai dengan tujuan penulis yang berusaha mencari perbandingan pembelajaran langsung dan tidak langsung, maka penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dikatakan quasi eksperimen karena dalam penelitian ini menggunakan dua kelompok eksperimen sebagai pembandingan dari dua kelompok yang dikenai perlakuan (*treatment*) berbeda.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *The Static Group Pretest-Posttest Design*. Desain ini ada dua kelompok yang diberi perlakuan berbeda. Kelebihan desain ini adalah dilakukannya *pretest* dan *posttest* sehingga dapat diketahui dengan pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan.

**Tabel 1** *The Static Group Pretest-Posttest Design*

A	T <sub>1</sub>	X <sub>1</sub>	T <sub>2</sub>
B	T <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	T <sub>2</sub>

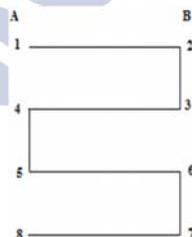
Keterangan :

- A dan B = Kelompok yang akan mendapat perlakuan
- T<sub>1</sub> = Pre Test
- X<sub>1</sub> = Perlakuan metode pembelajaran langsung
- X<sub>2</sub> = Perlakuan metode pembelajaran tidak Langsung
- T<sub>2</sub> = Post Test

Waktu pelaksanaan pada penelitian ini dilakukan 4 kali pertemuan

Populasi adalah keseluruhan individu atau obyek yang dimaksudkan untuk diteliti, yang nantinya akan digeneralisasikan (Maksum, 2012:5). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SDN Leminggir Kabupaten Mojokerto yang berjumlah 30 terdiri dari 22 siswa putra dan 8 siswa putri. Dalam penelitian ini teknik pengambilan subyek penelitian menggunakan teknik *ordinal peiring* yaitu dengan cara memberikan pretest, kemudian dari hasil pretest dirangking setelah itu dibagi dalam kelompok (A) dan kelompok (B), sehingga kedua kelompok mempunyai keterampilan yang merata. Seperti yang dikemukakan Sutrisno Hadi dalam (Hutomo, 2015: 33) yaitu “ *subject pairing* sudah tentu sekaligus juga *group matching*, karena pada hakekatnya *subject matching* sedemikian rupa sehingga pemisahan pasangan-pasangan subyek (*pair of subject*) masing-masing subyek kedua kelompok akan sama (seimbang)”.

Adapun pembagian kelompok dengan *ordinal pairing* adalah sebagai berikut



Gambar 3.1 Skema Pembagian kelompok Dengan Cara Ordinal Pairing

Keterangan :

- A = Kelompok eksperimen (Pembelajaran Langsung)
- B = Kelompok eksperimen (Pembelajaran Tidak Langsung)
- 1,2,3 dst = Rangking (hasil tes awal)

Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian (Maksum, 2012: 29). Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Variabel bebas (X) :
  - X<sub>1</sub> = metode pembelajaran langsung
  - X<sub>2</sub> = metode pembelajaran tidak langsung
- Variabel terikat : hasil belajar renang gaya dada

**a. Pembelajaran Langsung**

Metode pembelajaran langsung adalah pengajaran yang terpusat pada guru karena peranan guru adalah sebagai penguji materi (pengajar), penjelasan materi disampaikan langsung kepada siswa disertai dengan contoh dan selanjutnya.

**b. Pembelajaran Tidak Langsung**

metode Pembelajaran tidak langsung adalah pengalihan tugas mengontrol pembelajaran pada siswa yang melakukan pembelajaran. Artinya, guru tidak lagi mengendalikan pembelajaran secara penuh, tetapi memberikan kesempatan kepada siswa untuk bersama-sama melakukannya

**c. Hasil Belajar Renang Gaya Dada**

Hasil belajar renang gaya dada adalah kondisi kemampuan siswa dalam melakukan renang gaya dada setelah mendapatkan pembelajaran renang gaya dada yang telah di berikan oleh guru PJOK.

Instrumen adalah alat ukur yang dipergunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian (Maksum, 2012: 111). Untuk mendapatkan hasil tes hasil belajar renang siswa, penulis menggunakan rubrik penilaian.

**Tabel 2** Rubrik Penilaian

KOMPONE N	NO	ASPEK YANG DINILAI	NILAI			JUML AH SKOR	SKOR BUTI R
			1	2	3		
Posisi Tubuh (bobot 20)	1	Teknik Dasar					
Gerakan Kaki (bobot 20)	2	Teknik Dasar					
Gerakan Tangan (bobot 20)	3	Teknik Dasar					
Cara Pengambila n Napas (bobot 20)	4	Teknik Dasar					
Koordinasi Saat Renang Gaya Dada (bobot 20)	5	Keserasia n					

(Rohman, 2012: 41)

Catatan:

1. Kriteria skor:
  - a. Komponen posisi tubuh (bobot 20). Jika posisi tubuh sejajar dengan permukaan air.
  - b. Komponen gerakan kaki (bobot 20). Jika gerakan kedua kaki selamanya harus serempak dan dalam bidang (*plane*)

horizontal yang sama, tanpa gerakan yang bergantian (*altemating*)

- c. Komponen gerakan tangan (bobot 20). Jika gerakan kedua tangan dengan siku ditekuk sejajar dengan bahu posisi telapak tangan menghadap kedalam.
- d. Komponen pengambilan napas (bobot 20). Jika dalam satu siklus (*cycle*) gerakan, ada bagian kepala dari perenang yang memecahkan permukaan air untuk mengambil napas.
- e. Komponen koordinasi renang gaya dada (bobot 20). Jika melakukan satu siklus gerakan gaya dada dengan benar dan berurutan (meluncur, gerakan kaki, gerakan tangan, dan napas).

2. Kriteria penilaian 1: Kurang; 2: Cukup; 3: Baik; 0: Jika tidak melakukan

3. Skor butir kegiatan =  $\frac{\text{jumlah nilai}}{\text{nilai maksimal}} \times 100$  (jumlah bobot)

Interpretasi:

Nilai 1 = <65 dengan kategori kurang

Nilai 2 = 65-79 dengan kategori sedang

Nilai 3 = 80-100 dengan kategori baik

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini akan dibahas tentang hasil penelitian dari variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil belajar renang gaya dada sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah metode pembelajaran langsung dan metode pembelajaran tidak lngsung. Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan SPSS (*Statistical Package for the Sosial Science*) 21, dalam hal ini dimaksudkan agar hasil perhitungan dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya. Sedangkan hasil pengolahan data akan akan disajikan tersendiri pada lampiran. Uraian berikut ini menyajikan hasil dari pengolahan data tersebut yang akan dikaitkan dengan kajian pustaka secara teoritis.

**1. Deskripsi Data**

Pada data ini, penelitian membahas tentang Mean, Median, Standart Deviasi, Uji Normalitas dan Uji T. Dalam mengambil nilai tes hasil belajar renang gaya dada pada siswa kelas V SDN Leminggir Kab. Mojokerto dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok metode pembelajaran langsung dan metode pembelajaran tidak langsung.

**a. Pembelajaran Langsung**

Hasil tes kemampuan renang gaya dada pada saat sebelum dan sesudah diberikan pembelajaran dengan metode langsung ditunjukkan pada Tabel 3.

**Tabel 3** Deskripsi Data Kelompok Metode Pembelajaran Langsung

	KELOMPOK LANGSUNG	
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-Test</i>
Rata-rata	51,1	52,9
Standart Deviasi	10,9	10,2
Varian	118,5	104,5
Nilai Tertinggi	66,7	66,7
Nilai Terendah	33,3	40
Peningkatan	3,5%	3,5%

1. Hasil *Pre-test* renang gaya dada kelompok metode pembelajaran langsung dengan skor Rata-rata 51,1 Standar deviasi 10,9 Varian 118,5 skor terendah dan tertinggi masing-masing sebesar 33,3 dan 66,7.
2. Hasil *Post-test* renang gaya dada kelompok metode pembelajaran langsung dengan skor Rata-rata 52,9 Standar deviasi 10,2 Varian 104,5 skor terendah dan tertinggi masing-masing sebesar 40,0 dan 66,7.
3. Skor peningkatan *Pre-test* dan *Post-test* adalah rata-rata peningkatan sebesar 3,5%.

**b. Pembelajaran Tidak Langsung**

Hasil tes kemampuan renang gaya dada pada saat sebelum dan sesudah diberikan pembelajaran dengan metode tidak langsung adalah sebagai berikut:

**Tabel 4** Deskripsi Data Kelompok Metode Pembelajaran Tidak Langsung

	KELOMPOK TIDAK LANGSUNG	
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-Test</i>
Rata-rata	52,4	56,9
Standart Deviasi	12,6	12,3
Varian	157,9	151,5
Nilai Tertinggi	73,3	80
Nilai Terendah	33,3	40
Peningkatan	8,5%	8,5%

1. Hasil *Pre-test* renang gaya dada kelompok metode pembelajaran tidak langsung dengan skor Rata-rata 52,4 Standar deviasi 12,6 Varian 157,9 skor terendah dan tertinggi masing-masing sebesar 33,3 dan 73,3.
2. Hasil *Post-test* renang gaya dada kelompok metode pembelajaran tidak langsung dengan skor Rata-rata 56,9 Standar deviasi 12,3 Varian 151,5 skor terendah dan tertinggi masing-masing sebesar 40,0 dan 80,0.
3. Skor peningkatan *Pre-test* dan *Post-test* adalah rata-rata peningkatan sebesar 8,5%.

**c. Uji Normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui sesuatu data mengikuti sebaran normal dan untuk mengetahui data tersebut berdistribusi normal atau tidak, maka dapat di uji dengan metode *kolmogorov smirnov*. Berdasarkan hasil uji normalitas dengan alat

bantu komputer yang menggunakan program *IBM SPSS 20* diperoleh hasil:

**Tabel 5** Uji Normalitas

Kemampuan siswa saat melakukan renang gaya dada	mean	P value	Uji kenormalan
Tidak langsung	<i>Pre-test</i>	52,4	0,359
	<i>Post-test</i>	56,9	0,606
langsung	<i>Pre-test</i>	51,1	0,634
	<i>Post-test</i>	52,2	0,821

Dari hasil Tabel 5 di atas baik untuk tes renang gaya dada pada kelompok metode pembelajaran langsung (*whole-method*) maupun kelompok metode pembelajaran tidak langsung (*part-method*) ternyata nilai *p-value* lebih besar dari 0,05, berdasarkan kriteria pengujian maka dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal.

**d. Uji Hipotesis**

**Tabel 6** Hasil perhitungan T-Test Kelompok Pembelajaran Langsung dan Kelompok Pembelajaran Tidak Langsung

Kemampuan siswa saat melakukan renang gaya dada	mean	Mean difference	T <sub>hitung</sub>	T <sub>tabel</sub>
Tidak langsung	<i>Pre-test</i>	52,4	4,4600	4,181
	<i>Post-test</i>	56,9		
langsung	<i>Pre-test</i>	51,1	1,7800	2,145
	<i>Post-test</i>	52,2		

Berdasarkan perhitungan T hitung dan T tabel diperoleh hasil nilai T hitung metode pembelajaran langsung sebesar 1,737 dan hasil nilai T hitung metode pembelajaran tidak langsung sebesar 4,181 sedangkan nilai T tabel metode pembelajaran langsung dan metode pembelajaran tidak langsung sebesar 2,145 dengan taraf signifikansi 0,05%. Karena nilai T<sub>hitung</sub> pembelajaran langsung < T<sub>tabel</sub> maka Ho diterima, karena Ho diterima maka membuktikan Ha ditolak dengan kata lain bahwa tidak terjadi peningkatan signifikan hasil *pre-test* dan *post-test* dan nilai T<sub>hitung</sub> pembelajaran tidak langsung > T<sub>tabel</sub>, maka Ho ditolak. Karena Ho ditolak maka membuktikan Ha diterima, dengan kata lain bahwa ada peningkatan hasil test setelah pemberian perlakuan dan sebelum pemberian perlakuan pada siswa SDN Leminggir Kab. Mojokerto..

**PENUTUP**

**Simpulan**

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara metode pembelajaran langsung dan metode pembelajaran tidak langsung dibuktikan dengan T Sig (*Post*) tetapi berdasarkan besar peningkatan antar kelompok,

kelompok pembelajaran tidak langsung lebih mampu meningkatkan hasil belajar renang gaya dada dibandingkan dengan kelompok pembelajaran langsung 8,5% dan 3,5%.

2. Tidak terdapat metode yang lebih baik antara metode pembelajaran langsung dan metode pembelajaran tidak langsung pada kelas V SDN Leminggir Kab. Mojokerto untuk pembelajaran renang materi renang gaya dada.

#### Saran

Saran yang bisa diberikan dalam penelitian sebagai hasil dari proses penelitian yang telah dilakukan yaitu :

1. Bagi guru mata pelajaran PJOK diharapkan bisa memberikan metode dan gerakan-gerakan yang lebih kompleks dan mudah dicerna oleh siswa, agar siswa lebih mudah untuk memahami setiap gerakan renang gaya dada dan diharapkan guru mampu mengelola kelas dengan baik pada saat pembelajaran di dalam air.
2. Model pembelajaran langsung dan model pembelajaran tidak langsung membuat guru untuk selalu berinovasi dalam pembelajaran PJOK tidak hanya materi renang tetapi untuk semua materi pembelajaran PJOK.
3. Dalam penelitian ini memerlukan pengembangan, maka diharapkan bagi peneliti lain untuk dilakukan pengkajian dengan menggunakan variabel lain dengan sampel yang berbeda.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aunurrahman. 2010. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Depdiknas. 2009. *Modul KKG/MGMP*. (<https://akhmadsudrajat.wordpress.com/2011/01/27/model-pembelajaranlangsung/>) Diakses tanggal 20 April 2016 pukul 20.43 wib.
- Dumadi & Dwijowinoto, K. 1992. *Renang Materi Metode Penilaian*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Hendromartono, Soejoko. 1992. *Olahraga Pilihan Renang*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Hutomo, Riyanto Yoga. 2015. *Perbedaan Pengaruh Metode Pembelajaran Dengan Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Kemampuan Grandstroke Forehand Tennis Lapangan Pada Mahasiswa Putra Penkepor Angkatan 2013 JPOK FKIP UNS*. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Surakarta. Skripsi tidak diterbitkan.
- Husdarta, dan Saputra, Yuda. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Husamah & Setyaningrum. Y. *Desain Pembelajaran Berbasis Pencapaian Kompetensi*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Permendiknas No. 22 Tahun 2006. Tentang Standar Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah (Online). <http://www.dikti.go.id/files/atur/PP19200SSNP.pdf>, diakses 20 April 2016 pukul 21.05 WIB).
- Rohman, A.F. 2012. *Penerapan Pendekatan Metode TGT Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Renang Gaya Bebas*. Surabaya. Tidak diterbitkan.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Jasmani Kesehatan Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta: PT. Fajar Interpratama.
- Sanjaya, Wina. 2009. *Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: PT Fajar Interpratama
- Seriundy M, I Made. 2010. *Perencanaan Pengajaran Aplikasi Pada Penjasorkes*. Surabaya: Unesa University Press.
- Shoimin, 2014. *Model Pembelajaran Inovatif Dalam Kurikulum 2013*.
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supandi. 1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Suprijono. 2009. *Cooperatif Learning: Teori Dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Supriyanto, A & Lismadiana. 2013. *Penggunaan metode Hypnoterapi untuk Meningkatkan Konsentrasi Start dalam Renang*. Dimuat dalam *Jurnal Iptek Olahraga* Vol. 15. No 2, Mei-Agustus 2013, halaman 111-124 ISSN: 1411-0016.
- Thomas, David. 1996. *Renang Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raya Grafindo Persada .
- Trianto. 2007. *Model-Model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivistik*. Jakarta: Tim Prestasi Pustaka.
- UU RI no. 20. 2003. *Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta. Tanpa Penerbit.