



Perbandingan Faktor Penunjang Dan Penghambat Pembelajaran Renang Pada Siswa SMP Reguler Dan Kelas Khusus Olahraga Grobogan

Pastika Candra Nurjanah¹✉, Adi S², Supriyono³, Bhayu Billiardri⁴

^{1,2}Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Article History

Received : 5 Juli 2024

Accepted : Juli 2024

Published : Desember 2024

Keywords

*Supporting Factors,
Inhibiting Factors,
Swimming Learning*

Abstrak

Latar belakang penelitian ini adalah belum adanya penelitian yang secara komprehensif membahas tentang faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang dalam satu studi dan belum ada penelitian terkait yang dilakukan di SMP kelas khusus olahraga . Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbandingan faktor penghambat pembelajaran renang pada SMP reguler dan kelas khusus olahraga. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan model pendekatan deskriptif. Metode pengumpulan data berupa angket atau kuesioner. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan SPSS versi 29. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Faktor penunjang pembelajaran renang pada SMP regular berada pada kategori sedang dengan persentase 40,0%, sedangkan pada SMP kelas khusus olahraga berada pada kategori sedang dengan persentase 33,3%. (2) Faktor penghambat pembelajaran renang pada SMP regular berada pada kategori sedang dengan persentase 40,0%, sedangkan pada SMP kelas khusus olahraga berada pada kategori sedang dengan persentase 33,3%. (3) Berdasarkan hasil penelitian di SMP reguler dan SMP kelas khusus olahraga pada faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang terdapat perbedaan yang signifikan.

Abstract

The background of this study is that there is no research that comprehensively discusses the supporting and inhibiting factors of swimming learning in one study and there has been no related research conducted at SMP special sports classes. The purpose of this study is to determine the comparison of inhibiting factors for swimming learning in regular junior high schools and special sports classes. This research uses a quantitative method with a descriptive approach model. The data collection method is a questionnaire. Data analysis in this study used SPSS version 29. The results showed that (1) The supporting factors for swimming learning in regular junior high schools were in the moderate category with a percentage of 40.0%, while in special sports class junior high schools were in the moderate category with a percentage of 33.3%. (2) The inhibiting factors for swimming learning in regular junior high schools are in the moderate category with a percentage of 40.0%, while in special sports class junior high schools are in the moderate category with a percentage of 33.3%. (3) Based on the results of research in regular junior high schools and sports special class junior high schools on the supporting and inhibiting factors of swimming learning, there are significant differences.

How To Cite:

Nurjanah, P, C., S, A., Supriyono., & Billiardri, B., (2024). Perbandingan Faktor Penunjang Dan Penghambat Pembelajaran Renang Pada Siswa SMP Reguler Dan Kelas Khusus Olahraga Grobogan. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 5 (2), 688-698

PENDAHULUAN

Olahraga di Indonesia belakangan ini berkembang sangat pesat, hal ini disebabkan karena masyarakat sudah mulai menyadari bahwa olahraga sangatlah penting bagi kesehatan tubuh. Selain itu, dengan melakukan olahraga, masyarakat juga dapat menenangkan pikiran sehingga tidak hanya baik untuk kesehatan jasmani tapi juga untuk kesehatan rohani. Menurut (Palmizal & Setiawan, 2019) olahraga adalah bagian dari kehidupan, dimana olahraga sebagai instrumen untuk memelihara dan membina kesehatan. Dalam agama islam, kesehatan dianggap sangat penting karena merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi kebugaran dan penampilan tubuh, dan merupakan harta yang paling berharga yang tidak dapat ditukar dengan apapun (Salahudin & Rusdin, 2020). Olahraga merupakan proses sistematik yang memiliki tujuan untuk membina potensi seseorang dalam rangka pembentukan manusia seutuhnya (Adi, 2020). Olahraga adalah salah satu cara untuk meningkatkan kualitas hidup manusia, selain bertujuan untuk menciptakan gaya hidup yang lebih sehat, olahraga juga memiliki banyak manfaat bagi tubuh manusia, salah satunya adalah memungkinkan sistem tubuh manusia bekerja dengan lancar (Saputra & Agus, 2021). Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa olahraga memiliki peran penting dalam kehidupan manusia baik dari segi kesehatan, kebugaran, maupun kualitas hidup secara keseluruhan.

Salah satu olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat adalah olahraga renang. Renang adalah olahraga yang dilakukan di dalam air, dengan menggerakan anggota badan agar

mengapung diair dan seluruh anggota badan bergerak dengan bebas namun membutuhkan gerakan yang kompleks yaitu mengordinasikan gerakan lengan, tungkai dan pernapasan dengan tujuan memindahkan badan dari tempat satu ke tempat yang lain (Pebranti, 2020). Renang merupakan jenis olahraga di mana seseorang mengapung di atas air dengan mengangkat tubuhnya untuk memungkinkan bernapas dan bergerak maju dan mundur (Wardhani, 2022). Olahraga renang adalah aktivitas yang dapat dilakukan di luar ruangan dengan memiliki keunggulan untuk kesehatan fisik dan psikologis seseorang serta meningkatkan semua aspek kesehatan mental (Ramadhan et al., 2021). Jadi, olahraga renang merupakan olahraga yang dilakukan di luar ruangan dan di dalam air dengan mengangkat tubuhnya agar bisa bernafas serta menggerakan anggota badannya dengan tujuan memindahkan badan dari tempat satu ke tempat lainnya, selain itu renang juga memiliki manfaat untuk kesehatan fisik dan psikologi.

Olahraga renang juga termasuk dalam materi pembelajaran PJOK di sekolah. Pembelajaran merupakan suatu proses interaksi antara guru dan peserta didik yang melibatkan suatu pendekatan dengan menggunakan teknologi atau dengan berbagai cara yang dapat membantu untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang faktual di dalam kelas (Hasnidar & Elihami, 2020). Belajar adalah suatu kegiatan yang mengubah tingkah laku sebagai akibat dari interaksi seseorang dengan lingkungannya (Wijayanti dkk., 2022). Oleh karena itu, belajar dan pembelajaran sangat berhubungan karena dalam pembelajaran terdapat interaksi antara guru dengan peserta didik dimana hal tersebut membuat peserta didik

belajar tentang hal-hal yang tidak di ketahuinya sehingga menjadi tau dan belajar menyelesaikan suatu permasalahan dengan berbagai pendekatan dan media.

Pendidikan juga sangat berperan penting dalam tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, anak sangat membutuhkan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) karena dengan adanya pembelajaran PJOK anak dapat dilatih aktifitas motorik dan psikomotoriknya. Pendidikan jasmani sangat penting dalam pendidikan karena mempengaruhi kesehatan, keterampilan motorik, dan karakter siswa (Aliriad et al., 2023). Selain itu Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan juga memiliki tujuan untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, memberikan pengetahuan dan penalaran yang baik, menerapkan nilai-nilai spiritual, mental, emosional, sosial, dan sikap serta membiasakan anak dengan pola hidup yang sehat (Arhesa dkk., 2020). Menurut (Adi, Rohidi, et al., 2023) pendidikan jasmani mempunyai keistimewaan dibandingkan dengan mata Pelajaran lain dalam hal aktifitas fisik dan gerak siswa. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan mata pelajaran wajib yang harus diikuti oleh siswa di semua jenjang pendidikan, mulai dari Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas. Tujuan dari mata pelajaran ini adalah untuk mendorong gaya hidup yang lebih sehat dan meningkatkan interaksi antara guru dan siswa melalui kegiatan pembelajaran di sekolah (Adi et al., 2018). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam tumbuh kembang anak, baik dari segi fisik, psikis, spiritual, mental, emosional, sosial, dan sikap.

Pembelajaran PJOK di sekolah merupakan sarana yang efektif untuk membiasakan anak dengan pola hidup yang sehat dan meningkatkan interaksi antara guru dan siswa.

Sebelumnya, pembelajaran akuatik di sekolah-sekolah lebih banyak terfokus pada aspek teoritis. Siswa mempelajari konsep-konsep dasar renang, seperti teknik berenang, peraturan keselamatan, dan manfaat kesehatan, melalui metode pengajaran tradisional seperti ceramah dan diskusi di kelas. Namun, dalam beberapa tahun terakhir, banyak sekolah telah mengadopsi pendekatan yang lebih seimbang antara komponen teori dan praktik dalam pembelajaran akuatik. Siswa tidak hanya mempelajari konsep-konsep secara teoretis, tetapi juga diberikan kesempatan untuk mengaplikasikannya secara langsung di kolam renang. Hal ini terbukti dengan banyaknya kolam renang yang di penuhi dengan pelajar dari berbagai sekolah, mulai dari SD sampai jenjang SMA. Para pelajar sekolah tersebut belajar renang dengan dibantu oleh guru PJOK masing-masing. Selain melalui pembelajaran di sekolah siswa juga belajar renang secara mandiri yaitu diluar jam pelajaran. Mereka berlatih renang secara individu maupun berkelompok. Hal ini membuktikan besarnya minat siswa terhadap olahraga renang. Pada penelitian (Prasetyo et al., 2021) dijelaskan bahwa minat siswa terhadap pembelajaran renang pada dasarnya memiliki minat yang tinggi.

Dalam keberhasilan proses pembelajaran renang tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor penunjang maupun faktor penghambat pembelajaran renang. Oleh sebab itu, pendidik harus tau apa saja yang menjadi faktor penunjang dan penghambat siswa dalam

proses pembelajaran renang. Memahami faktor penunjang siswa dalam pembelajaran renang dapat membantu pendidik merancang strategi pembelajaran renang yang lebih efektif dan efisien dengan memanfaatan faktor pendukung dapat meningkatkan kualitas pembelajaran renang dan memaksimalkan pertumbuhan siswa (Murtado et al., 2023). Selain itu pendidik juga harus memahami faktor penghambat siswa dalam pembelajaran renang, dengan memahami faktor penghambat tersebut dapat memberikan gambaran tentang permasalahan yang dihadapi dalam pembelajaran. Faktor penghambatnya dapat berdampak negatif terhadap perkembangan potensi fisik, kognitif, dan sosio-emosional siswa. Selain itu juga dapat menghambat pencapaian tujuan pembelajaran renang, seperti kurangnya motivasi, keterampilan, dan hasil belajar siswa (Suralaga, 2021). Dengan memahami faktor-faktor tersebut, pendidik dapat merancang dan menerapkan strategi pembelajaran yang lebih efektif, serta membangun solusi yang tepat untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu seperti pada penelitian yang dilakukan oleh (Suyudi et al., 2022) dengan judul “Identifikasi faktor-faktor pendukung pembelajaran renang pada siswa SMP Negeri 1 Bungoro Kelas VIII Kecamatan Bungoro Kabupaten Pangkajene” dan penelitian (Ra’uuf, 2019) yang berjudul “Faktor penghambat pembelajaran renang di SLTP dan SLTA se-kecamatan wates” hanya berfokus secara terpisah atau tunggal pada identifikasi faktor-faktor yang mendukung maupun menghambat pembelajaran renang di sekolah. Belum ada kajian komprehensif yang meneliti kedua aspek tersebut

dalam satu studi. Sedangkan, pemahaman yang holistik tentang faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang praktik secara terintegrasi akan memberikan wawasan yang lebih mendalam untuk mengoptimalkan implementasinya di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan adanya penelitian yang secara sekaligus mengeksplorasi baik faktor-faktor yang mendukung maupun menghambat pembelajaran renang praktik di sekolah, guna menghasilkan rekomendasi yang lebih komprehensif bagi perbaikan dan peningkatan kualitas pembelajaran renang

Selain itu, pada penelitian terdahulu hanya melakukan penelitian di SMP regular baik negeri maupun swasta, belum ada kajian yang secara khusus meneliti faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang pada Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan Kelas Khusus Olahraga (KKO). Oleh sebab itu, sebuah penelitian yang secara khusus meneliti faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang praktik di SMP kelas khusus olahraga sangat diperlukan. Hal ini dapat memberikan wawasan baru dan rekomendasi strategis untuk meningkatkan kualitas dan hasil pembelajaran akuatik di sekolah-sekolah dengan program khusus olahraga.

Di Kabupaten Grobogan, SMPN 3 Purwodadi merupakan satu-satunya SMP yang memiliki kelas khusus olahraga dimana terdapat atlet renang yang sering mengikuti kejuaran renang, baik antar daerah maupun antar klub. Sedangkan pada SMPN 2 Toroh merupakan SMP reguler namun salah satu guru PJOK di SMP tersebut merupakan pelatih renang di salah satu klub di Kabupaten Grobogan yaitu Tirta Bersemi Swimming Club. Berdasarkan

observasi dan wawancara pada guru terkait penelitian di SMPN 3 Purwodadi (kelas khusus olahraga) dan SMPN 2 Toroh (reguler), peneliti menemukan permasalahan terkait faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang. Diantaranya, SMPN 2 Toroh dan SMPN 3 Purwodadi, pembelajaran renang dilakukan di kolam renang umum, yaitu di kolam renang Master Park Purwodadi. Menurut guru, hal ini membuat pembelajaran kurang efektif karena siswa tidak fokus. Pada SMPN 2 Toroh, pembelajaran praktek dilakukan satu sampai dua kali selama satu semester, sedangkan pada SMPN 3 Purwodadi, pembelajaran praktek dilakukan setiap satu bulan sekali. Guru terjun langsung ke dalam air untuk memberikan contoh dan penjelasan tentang materi renang dalam proses pembelajaran renang. Akibatnya, banyak siswa tertarik untuk mengikuti instruksi guru. Namun, beberapa siswa tidak bersemangat dan tidak memperhatikan instruksi guru saat pembelajaran renang berlangsung. Hal tersebut membuktikan bahwa, pada kedua SMP tersebut pembelajaran praktek sudah terlaksana dengan baik namun pada saat pembelajaran masih terdapat siswa yang belum memahami materi dan belum menguasai renang.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin meneliti secara komprehensif terkait faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang dan ingin membandingkan faktor tersebut pada Sekolah Menengah Pertama (SMP) regular atau reguler dengan SMP kelas khusus olahraga. Sehingga judul yang tepat untuk mengkaji permasalahan di atas adalah “Analisis Perbandingan Faktor Penunjang dan Penghambat Pembelajaran Renang pada Siswa

SMP Reguler dan SMP kelas khusus olahraga di kabupaten Grobogan ”

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian komparatif dengan menggunakan angket atau kuesioner. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan jenis pendekatan adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII di SMPN 2 dan seluruh siswa kelas VIII di SMPN 3 Purwodadi, pengambilan sampel menggunakan teknik *Non Probability Sampling* berjumlah 60 siswa. Instrumen dapat dianggap andal dan digunakan berdasarkan analisis faktor, yang memerlukan beberapa langkah. Langkah-langkah tersebut meliputi 1) menghilangkan komponen instrumen yang tidak relevan dan 2) memastikan validitas isi, logika, dan konstruk. Persyaratan ini akan terpenuhi, yang mengarah pada produksi perangkat yang akurat dan dapat dipercaya (Adi, Nurharsono, et al., 2023). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik survey dengan kuesioner/ angket. Pengolahan data dilakukan dengan bantuan komputerisasi yaitu Statistikal Pakage for the Social Sciens (SPSS) versi 29. Tahapan analisis data dalam penelitian ini yaitu analisis statistik deskriptif dan analisis inferensial dengan menggunakan uji *independent sample t test*.

HASIL DAN PEMBAHASAAN

Setelah data terkumpul, dilakukan analisis deskriptif dan diperoleh hasil penelitian sebagai berikut:

Faktor Penunjang Pembelajaran Renang

Penelitian faktor penunjang pembelajaran renang pada siswa SMP reguler dan kelas khusus

olahraga diukur dengan angket yang terdiri dari 29 butir pernyataan dengan skor 1-4, setelah data terkumpul diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Faktor Penunjang Pembelajaran Renang

Kategori	Reguler		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	3	10,0%	2	6,7%
Rendah	7	23,3%	8	26,7%
Sedang	12	40,0%	10	33,3%
Tinggi	6	20,0%	9	30,0%
Sangat Tinggi	2	6,7%	1	3,3%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor penunjang pembelajaran renang pada SMP Kelas regular kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 40,0%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 33,3%.

Faktor penunjang pembelajaran renang dipengaruhi oleh 5 faktor yaitu faktor guru, faktor siswa, faktor materi, faktor sarana dan prasarana, dan faktor lingkungan, berikut adalah hasil analisisnya:

Tabel 2. Faktor Guru Yang Menjadi Faktor Penunjang Pembelajaran Renang

Kategori	Reguler		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	2	6,7%	4	13,3%
Rendah	6	20,0%	4	13,3%
Sedang	14	46,7%	15	50,0%
Tinggi	7	23,3%	6	20,0%
Sangat Tinggi	1	3,3%	1	3,3%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor guru pada SMP reguler kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 46,7%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 50,0%. Di sekolah guru merupakan salah satu komponen penting dalam keberhasilan proses belajar mengajar untuk mencapai tujuan pendidikan, guru memiliki peran dalam proses pertumbuhan

dan perkembangan pengetahuan, keterampilan, kecerdasan, sikap dan pandangan hidup siswa (Hazmi, 2019).

Tabel 3. Faktor Siswa Yang Menjadi Faktor Penunjang Pembelajaran Renang

Kategori	Reguler		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	0	0%	0	0%
Rendah	10	33,3%	7	23,3%
Sedang	11	36,7%	12	40,0%
Tinggi	7	23,3%	9	30,0%
Sangat Tinggi	2	6,7%	2	6,7%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor siswa pada SMP reguler kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 36,7%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 40,0%. Dalam proses pembelajaran peran siswa sangat penting, sikap atau peranan siswa sangat mempengaruhi tercapai atau tidaknya tujuan dari pembelajaran(Ariyanto, 2016).

Tabel 4. Faktor Materi Yang Menjadi Faktor Penunjang Pembelajaran Renang

Kategori	Reguler		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	1	3,3%	0	0%
Rendah	6	20,0%	10	33,3%
Sedang	15	50,0%	15	50,0%
Tinggi	6	20,0%	1	3,3%
Sangat Tinggi	2	6,7%	4	13,3%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor materi pada SMP reguler dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 50,0%. Materi merupakan salah satu faktor penting dalam proses pembelajaran. Kemenarikan materi, kejelasan materi, jenis serta sistematika materi yang dipilih sangat berpengaruh dalam proses pembelajaran, jika faktor-faktor ini tersedia dengan baik maka, hasil pembelajaran akan lebih baik (Festiawan, 2020).

Tabel 5. Faktor Sarana dan Prasarana Yang Menjadi Faktor Penunjang Pembelajaran Renang

Kategori	Regular		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	1	3,3%	0	0%
Rendah	13	43,3%	7	23,3%
Sedang	8	26,7%	14	46,7%
Tinggi	6	20,0%	8	26,7%
Sangat Tinggi	2	6,7%	1	3,3%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor sarana dan prasarana pada SMP regular kategori yang dominan berada pada kategori rendah dengan persentase 43,3%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 46,7%. Adanya sarana dan prasarana pembelajaran olahraga yang memadai di sekolah, akan mempermudah dan meningkatkan keberhasilan seorang pendidik dan siswa dalam mempraktikkan materi pembelajaran olahraga (Astra & Spyanawati, 2022).

Tabel 6. Faktor Lingkungan Yang Menjadi Faktor Penunjang Pembelajaran Renang

Kategori	Regular		Kelas khusus olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	3	10,0%	0	0%
Rendah	7	23,3%	12	40,0%
Sedang	8	26,7%	10	33,3%
Tinggi	11	36,7%	6	20,0%
Sangat Tinggi	1	3,3%	2	6,7%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor lingkungan pada SMP regular kategori yang dominan berada pada kategori tinggi dengan persentase 36,7%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori rendah dengan persentase 40,0%. faktor lingkungan merupakan salah satu faktor penting yang dapat menunjang pembelajaran renang. Guru dan siswa memerlukan lingkungan yang mendukung dan memadai seperti lingkungan sosial yang baik untuk meningkatkan hasil belajar dan kualitas pembelajaran renang (Gani & Abduloh, 2023).

Faktor Penghambat Pembelajaran Renang

Penelitian faktor penghambat pembelajaran renang pada siswa SMP diukur dengan angket yang terdiri dari 23 butir pernyataan dengan skor 1-4. Setelah data terkumpul diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 7. Faktor Penghambat Pembelajaran

Kategori	Reguler		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	4	13,3%	2	6,7%
Rendah	5	16,7%	8	26,7%
Sedang	12	40,0%	10	33,3%
Tinggi	8	26,7%	6	20,0%
Sangat Tinggi	1	3,3%	4	13,3%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor penghambat pembelajaran renang pada SMP regular kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 40,0%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori redang dengan persentase 33,3%.

Tabel 8. Faktor Fisiologi Yang Menjadi Faktor Penghambat Pembelajaran Renang

Kategori	Reguler		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	2	6,7%	0	0%
Rendah	6	20,0%	12	40,0%
Sedang	18	60,0%	10	33,3%
Tinggi	1	3,3%	5	16,7%
Sangat Tinggi	3	10,0%	3	10,0%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor fisiologi pada SMP reguler kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 60,0%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori rendah dengan persentase 40,0%. Siswa SMP yang memiliki kondisi fisik yang buruk, seperti overweight atau obesitas, cenderung mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan-gerakan dasar renang, sehingga dapat menghambat proses pembelajaran (Morais et al., 2017).

Tabel 9. Faktor Psikologi Yang Menjadi Faktor Penghambat Pembelajaran Renang

Kategori	Regular		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	0	0%	2	6,7%
Rendah	13	43,3%	9	30,0%
Sedang	7	23,3%	11	36,7%
Tinggi	9	30,0%	5	16,7%
Sangat Tinggi	1	3,3%	3	10,0%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor psikologi pada SMP regular kategori yang dominan berada pada kategori rendah dengan persentase 43,3%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 36,7%. Faktor psikologis, seperti motivasi, kepercayaan diri, dan kemampuan mengatasi stres, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pembelajaran renang pada siswa SMP. Remaja dengan kesehatan mental yang baik cenderung lebih baik dalam pembelajaran renang (Suralaga, 2021).

Tabel 10. Faktor Sekolah Yang Menjadi Faktor Penghambat Pembelajaran Renang

Kategori	Regular		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	3	10,0%	4	13,3%
Rendah	6	20,0%	8	26,7%
Sedang	9	30,0%	6	20,0%
Tinggi	10	33,3%	11	36,7%
Sangat Tinggi	2	6,7%	1	3,3%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor sekolah pada SMP reguler kategori yang dominan berada pada kategori tinggi dengan persentase 33,3%. Dan SMP kelas khusus olahraga kategori yang dominan berada pada kategori tinggi dengan persentase 36,7%. Sekolah merupakan faktor penting yang mempengaruhi pembelajaran, faktor guru, materi, serta sarana dan prasarana merupakan bagian dari sekolah yang mempengaruhi proses pembelajaran (Qinthara, 2024).

Tabel 11. Faktor Lingkungan Yang Menjadi Faktor Penghambat Pembelajaran Renang

Kategori	Regular		Kelas Khusus Olahraga	
	Frequency	Percent	Frequency	Percent
Sangat Rendah	1	3,3%	1	3,3%
Rendah	5	16,7%	11	36,7%
Sedang	12	40,0%	6	20,0%
Tinggi	10	33,3%	9	30,0%
Sangat Tinggi	2	6,7%	3	10,0%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa faktor lingkungan pada SMP reguler kategori yang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 40,0%. Dan SMP kelas khusus olahara kategori yang dominan berada pada kategori rendah dengan persentase 36,7%. Penggunaan kolam renang yang berbagi dengan sekolah lain dan pengunjung umum mengakibatkan suasana pembelajaran renang kurang kondusif dan siswa menjadi kurang fokus selain itu juga keselamatan pengunjung juga akan berkurang. Untuk mengatasi masalah tersebut, pengelola harus memastikan bahwa ukuran kolam renang tidak melebihi standar minimum (Darmawan & Hartono, 2021).

Perbandingan Faktor Penunjang dan Penghambat Pembelajaran Renang Pada SMP Reguler dan Kelas Khusus Olahraga

Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis statistik yaitu uji normalitas dan uji homogenitas.

Tabel 12. Uji Normalitas

Variabel	Sekolah	Sig.	Keterangan
Faktor Penunjang	SMPN 2 Toroh	0,535	Normal
Pembelajaran	SMPN 3 Purwodadi	0,213	Normal
Renang			
Faktor Penghambat	SMPN 2 Toroh	0,202	Normal
Pembelajaran	SPM Negeri 3 Purwodadi	0,477	Normal
Renang			

Uji normalitas dilakukan dengan uji *one sample Shapiro-Wilk* menggunakan SPSS 29 dengan taraf signifikansi 5%. Jika nilai Sig. > 0,05 maka data berdistribusi normal, jika sig. < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa data dari

SMPN 2 Toroh (regular) dan SMPN 3 Purwodadi (kelas khusus olahraga) seluruhnya berdistribusi normal.

Tabel 13. Uji Homogenitas

Variabel	Sekolah	Sig.	Keterangan
Faktor Penunjang	SMPN 2 Toroh		
Pembelajaran	SMPN 3 Purwodadi	0,289	Homogen
Renang			
Faktor Penghambat	SMPN 2 Toroh		
Pembelajaran	SMPN 3 Purwodadi	0,682	Homogen
Renang			

Uji homogenitas berbantuan IBM SPSS Statistics 29 menggunakan uji *Levene* dengan derajat kepercayaan 5%. Jika nilai Sig. $> 0,05$ maka data homogen, jika sig. $< 0,05$ maka data tidak homogen. Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa sampel dari SMPN 2 Toroh (regular) dan SMPN 3 Purwodadi (kelas khusus olahraga) berasal dari populasi yang homogen.

Setelah dilakukan uji prasyarat dan data penelitian memenuhi syarat, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *independent sample t test*. Uji ini digunakan untuk mengetahui perbandingan faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang pada siswa SMP reguler dan kelas khusus olahraga Kabupaten Grobogan. Adapun hipotesisnya adalah sebagai berikut:

H_0 : tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara SMP reguler dengan SMP kelas khusus olahraga

H_1 : terdapat perbedaan yang signifikan antara SMP reguler dengan SMP kelas khusus olahraga

Jika nilai P Value $< 0,05$, maka H_0 ditolak

Jika nilai P Value $\geq 0,05$, maka H_0 diterima

Hasil analisis uji independent sample t test pada SMP reguler dan SMP kelas khusus olahraga adalah sebagai berikut.

Tabel 14. Uji Independent sample t test

Variabel	Sekolah	P Value	Keterangan
Faktor Penunjang	SMPN 2 Toroh		
Pembelajaran	SMPN 3 Purwodadi	0,002	H_0 ditolak
Renang			
Faktor Penghambat	SMPN 2 Toroh		
Pembelajaran	SMP Negeri 3 Purwodadi	<0,001	H_0 ditolak
Renang			

Dalam tabel tersebut menunjukkan bahwa pada faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang pada siswa SMP reguler dan kelas khusus olahraga kabupaten grobogan terdapat perbedaan yang signifikan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan sebelumnya, maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor penunjang pembelajaran renang pada SMP regular berada pada kategori sedang dengan persentase 40,0%, sedangkan pada SMP kelas khusus olahraga berada pada kategori sedang dengan persentase 33,3%.
2. Faktor penghambat pembelajaran renang pada SMP regular berada pada kategori sedang dengan persentase 40,0%, sedangkan pada SMP kelas khusus olahraga berada pada kategori sedang dengan persentase 33,3%
3. Berdasarkan hasil penelitian di SMP reguler dan SMP kelas khusus olahraga pada faktor penunjang dan penghambat pembelajaran renang terdapat perbedaan yang signifikan

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi guru, dari hasil penelitian ini diharapkan guru dapat mengoptimalkan pembelajaran renang bagi siswa SMP dengan

- memanfaatkan faktor yang menunjang pembelajaran serta meminimalisir faktor penghambat yang ada sehingga tujuan pembelajaran dapat terlaksana dengan baik
2. Bagi sekolah, dari hasil penelitian ini diharapkan pihak sekolah dapat menciptakan lingkungan pembelajaran renang yang optimal dan mendukung kemajuan siswa dalam menguasai keterampilan berenang.
 3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan subjek penelitian yang digunakan lebih banyak lagi, sehingga faktor penghambat pembelajaran renang dapat teridentifikasi secara luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S. (2020). Esensi Teknologi Multimedia Pembelajaran Pendidikan Jasmani Era 4 . 0. *Seminar Nasional Pascasarjana Universitas Negeri Semarang*, 75–79. file:///C:/Users/MSI/Downloads/editorsnpasca,+5.+ADI+S_ESENSI+TEKNOLOGI+MULTIMEDIA+PEMBELAJARAN+PENDIDIKAN+JASMANI+ERA+4.0+Revisi+-+S+Adi
- Adi, S., Nurharsono, T., Billiardri, B., & Soenyoto, T. (2023). Validity and Reliability of Instruments in Physical Education Learning Multimedia. *Proceedings of International Conference on Physical Education, Health, and Sports*, 3, 1–13.
- Adi, S., Rohidi, T. R., & Rustiadi, T. (2023). Digital literacy of physical education teachers in the 5.0 era. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 13.
- Adi, S., Soenyoto, T., & Sulaiman, S. (2018). The Implementation of Media in Teaching and Learning of Physical, Sport, and Health Education Subject. *Journal of Physical Education and Sports*, 7(1 SE-Articles). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/19740>
- Aliriad, H., Adi, S., Apriyanto, R., & Da'i, M. (2023). Peran Globalisasi Pendidikan Tinggi dalam Pengembangan Pendidikan Jasmani yang Berkualitas di Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana*, 6(1), 385–390.
- Arhesa, S., Sofyan, D., & Ramadhan, D. M. F. (2020). IDENTIFIKASI FAKTOR-FAKTOR PENGHAMBAT BELAJAR RENANG. *JURNAL RESPECS*, 2(2), 57–62.
- Ariyanto, B. O. (2016). Identifikasi faktor penghambat dan upaya strategis yang dilakukan guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa kelas bawah SD Negeri Percobaan 4 Wates. *PGSD Penjaskes*, 9.
- Astra, I. K. B., & Spyannawati, N. L. P. (2022). Ketersediaan Sarana dan Prasarana Penunjang Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK). *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 10(1), 74–81.
- Darmawan, M. I. F., & Hartono, M. (2021). Manajemen kolam renang di Kabupaten Kebumen tahun 2020. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(2), 642–649.
- Festiawan, R. (2020). Belajar dan pendekatan pembelajaran. *Universitas Jenderal Soedirman*, 11.
- Gani, R. A., & Abduloh, A. (2023). PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RENANG GAYA BEBAS UNTUK MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMPN 1 PURWASARI. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 12(2), 286–296.
- Hasnidar, H., & Elihami, E. (2020). Pengaruh pembelajaran contextual teaching learning terhadap hasil belajar PKN murid Sekolah Dasar. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(1), 42–47.
- Hazmi, N. (2019). Tugas guru dalam proses pembelajaran. *Journal of Education and Instruction (JOEAI)*, 2(1), 56–65.
- Morais, J. E., Silva, A. J., Marinho, D. A., Lopes, V. P., & Barbosa, T. M. (2017). Determinant factors of long-term performance development in young swimmers. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 12(2), 198–205.
- Murtado, D., Hita, I. P. A. D., Chusumastuti, D., Nuridah, S., Ma'mun, A. H., & Yahya, M. D. (2023). Optimalisasi pemanfaatan media pembelajaran online sebagai upaya meningkatkan hasil belajar siswa di sekolah menengah atas. *Journal on Education*, 6(1), 35–47.
- Palmizal, P., & Setiawan, I. B. (2019). *Manajemen Olahraga Definisi, fungsi dan peranannya dalam induk organisasi olahraga*.

- Pebrianti, L. L. (2020). *PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN ALAT BANTU PELAMPUNG TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN RENANG GAYA DADA (Eksperimen pada Les Privat Renang Sabian Kota Tasikmalaya)*. Universitas Siliwangi.
- Prasetyo, D., Gani, R. A., & Ismaya, B. (2021). Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Renang di SMA Negeri 5 Karawang: Student Interest in Learning Swimming. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2), 81–89.
- Qinthara, M. A. A. (2024). Faktor-Faktor Penghambat Proses Pembelajaran Renang Pada Siswa Siswi Di SD Negeri Kalimati 01 Kabupaten Brebes. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 5(1), 33–42.
- Ramadhan, S. F., Syarli Lesmana, H., Sin, T. H., & Denay, N. (2021). Minat Peserta Didik Kelas XI terhadap Proses Pembelajaran Renang. *Jurnal Patriot*, 3(3), 223–232.
<https://doi.org/10.24036/patriot.v%vi%.i.736>
- Ra'uuf, M. A. (2019). *FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN RENANG DI SLTP DAN SLTA SE-KECAMATAN WATES*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Salahudin, S., & Rusdin, R. (2020). Olahraga Menurut Pandangan Agama Islam. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3).
<http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JISIP/index>
- Saputra, G. Y., & Agus, R. M. (2021). MINAT SISWA KELAS VII DAN VIII DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN SMP NEGERI 15 MESUJI. *Journal of Physical Education (JouPE)*, 2(1), 17–25.
<http://jim.teknokrat.ac.id/index.php/pendidikanolahraga/index>
- Suralaga, F. (2021). *Psikologi Pendidikan: Implikasi dalam Pembelajaran*. PT Rajagrafindo Persada.
- Suyudi, I., Kasmad, M. R., & Sahabuddin, S. (2022). Identifikasi Faktor-Faktor Pendukung Pembelajaran Renang Pada Siswa SMP Negeri 1 Bungoro KELAS VIII Kecamatan Bungoro Kabupaten Pangkajene. *Journal of Sport Education, Coaching, and Health (JOCCA)*, 3(3), 119–134.
- Wardhani, R. (2022). PengaruhKekuatan Otot Terhadap Kecepatan Renang Gaya BebasClub Renang Bintang Khatulistiwa Pontianak. *SPJ: SPORT PEDAGOGY JOURNAL*, 1(1), 103–109.
- Wijayanti, R., Budi Lestari, P., & Budi Utomo, I. (2022). EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DENGAN MIND MAPPING BAGI MAHASISWA PENDIDIKAN MATEMATIKA DIUKUR DENGAN KORELASI. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik (JI-MR)*, 3(2), 81.