

**PENGEMBANGAN BAHAN AJAR BERBASIS VIDEO
UNTUK MATERI RENANG GAYA DADA (*BREAST STROKE*)
BERLANDASKAN TRI HITA KARANA**

I Kadek Suardika, S.Pd., M.Pd.

**Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi**

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Renang gaya dada atau gaya katak adalah berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air. Kedua belah kaki menendang ke arah luar, sementara kedua belah tangan diluruskan di depan. Kedua belah tangan dibuka ke samping seperti gerakan membelah air agar badan maju lebih cepat ke depan (Kemendikbud, 2014).

Berdasarkan observasi awal peneliti mengamati proses pembelajaran teknik dasar renang gaya dada (*breast stroke*). Proses pembelajaran ditemukan beberapa permasalahan diantaranya:

1. Beberapa siswa masih ada yang tidak memperhatikan guru pada saat memberikan materi.
2. Masih kurangnya motivasi siswa dalam melakukan teknik dasar renang.
3. Masih kurangnya pemahaman sikap intraksi antara siswa dengan gurunya, lingkungan dan terhadap Tuhan.

Berdasarkan masalah diatas perlu diadakan satu inovasi pengembangan bahan ajar, berupa video sebagai bahan ajar materi renang gaya dada (*breast stroke*) berlandaskan Tri Hita.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka permasalahan yang

dikaji dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Video Untuk Materi Renang Gaya Dada (*Breast Stroke*) Berlandaskan Tri Hita Karana?
2. Bagaimanakah Motivasi Belajar Siswa Terhadap Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Video Untuk Materi Renang Gaya Dada (*Breast Stroke*) Berlandaskan Tri Hita Karana?

Tujuan Peneliti

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk pengembangan media pembelajaran berbasis video untuk materi Renang Gaya Dada (*Breast Stroke*) berlandaskan Tri Hita Karana.
2. Untuk meningkatkan motivasi belajar siswa terhadap pengembangan media pembelajaran berbasis video untuk materi renang gaya dada (*breast stroke*) dengan berlandaskan Tri Hita Karana.

KAJIAN PUSTAKA

Pengertian Bahan Ajar

Bahan ajar adalah suatu bahan yang digunakan oleh seorang pendidik untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran baik berupa bahan tertulis maupun bahan tidak

tertulis yang akan diberikan kepada siswa dalam kegiatan pembelajaran.

1. Jenis Bahan Ajar

Dengan demikian, bentuk bahan ajar dapat dikelompokkan menjadi empat yaitu:

- a. Bahan cetak (*printed*) antar lain *handout*, buku, modul, lembar kerja siswa, brosur, *leaflet*, *wallchart*, foto/ gambar, model/ maket.
- b. Bahan ajar dengar (*audio*) seperti kaset, radio, piringan hitam, dan *compact disk audio*.
- c. Bahan ajar pandang dengar (*audio visual*) seperti *video compact disk*, *film*.
- d. Bahan ajar interaktif (*interactive teaching material*) seperti *compact disk interaktif* (Abdul Majid, 2008).

Dari ke 4 (empat) model pembelajaran/bahan ajar penelitian menggunakan bahan ajara pandang dengar (*audio visual*) seperti: *video compact disk*, *film*. Peneliti menyakini dengan menggunakan bahan ajar pandang dengar (*audio visual*) dengan pemanfaatan media dan sumber belajar mampu meningkatkan motivasi siswa dalam materi renang gaya dada (*Breast Stroke*).

Video Pembelajaran.

Video pembelajaran adalah suatu idea atau gagasan untuk merangsang pikiran, perasaan, dan kemauan siswa untuk belajar melalui penayangan video pembelajaran secara audio visual. Dari video pembelajaran harus ada tujuan, karakteristik, kelebihan, pranan, prinsip, dan tahap produksi media video.

1. Tujuan

- a. Memperjelas dan mempermudah penyampaian pesan agar tidak terlalu verbalistis
 - b. Mengatasi keterbatasan waktu, ruang, dan daya indera peserta didik maupun instruktur
 - c. Dapat digunakan secara tepat dan bervariasi.
- #### 2. Karakteristik Media Video Pembelajaran.
- Karakteristik video pembelajaran yaitu:
- a. *Clarity of Massage* (kejelasan pesan).
 - b. *Stand Alone* (berdiri sendiri).
 - c. *User Friendly* (bersahabat/akrab dengan pemakainya).
 - d. Representasi Isi.
 - e. Visualisasi dengan media.
 - f. Menggunakan kualitas resolusi yang tinggi.
 - g. Dapat digunakan secara klasikal atau individual.

Metode Pembelajaran.

Menurut Wina Sanjaya, (2006) metode adalah cara yang digunakan untuk mengimplementasikan rencana yang sudah disusun dalam kegiatan nyata agar tujuan yang telah disusun tercapai secara optimal.

1. Ceramah.
2. Metode demonstrasi.
3. Metode Diskusi.
4. Metode Simulasi.

Metode pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran dengan media video adalah metode demonstrasi.

Tri Hita Karana.

Tri Hita Karana adalah suatu penyebab hubungan yang harmoni yaitu hubungan manusia dengan tuhan, hubungan manusia dengan manusia, dan hubungan manusia dengan alam/lingkungan

sekitar, dalam konsep pendidikan olahraga dan kesehatan sangat penting untuk mempelajari Tri Hita Karana karena dalam konsep Tri Hita Karana menjelaskan hubungan yang harmoni antara tiga hubungan tersebut sama dengan pendidikan olahraga dan kesehatan seperti contoh:

1. Hubungan manusia dengan Tuhan.
2. Hubungan manusia dengan manusia.
3. Hubungan manusia dengan alam/lingkungan.

Motivasi Belajar.

Motivasi adalah energi psikologis yang bersifat abstrak dalam model pembelajaran berupa media yang timbul dari reaksi untuk mencapai tujuan dan merangsang dalam kegiatan pembelajaran.

Pengumpulan Data.

Pengumpulan data peneliti ini yaitu metode kuesioner/angket karena cara memperoleh atau mengumpulkan data dengan mengirimkan suatu daftar pertanyaan kepada responden/subjek penelitian. Dari jenis kuesioner peneliti menggunakan isian bentuk tertutup (*closed form questionnaire*). Sebelum Peneliti memberikan hasil berupa video oleh siswa, hasil dari video tersebut dievaluasi oleh Tim pakar setelah video tersebut dinyatakan layak oleh tim pakar maka pemberian video oleh responden/siswa bisa dipergunakan.

Evaluasi.

1. Pengertian evaluasi.

Menurut L. Pt. Putrini Mahadewi, D. Kd. Tastre & I Km. Sudarma, (2006) evaluasi adalah upaya sistematis untuk melihat efektivitas dan efisiensi program.

Produk akhir kegiatan evaluasi adalah keputusan tentang efektivitas dan efisiensi suatu program.

2. Fungsi evaluasi.

Evaluasi program media video pembelajaran memiliki fungsi yang sangat penting. Menurut L. Pt. Putrini Mahadewi, D. Kd. Tastre & I Km. Sudarma, (2006) fungsi tersebut antara lain. Berdasarkan informasi-informasi yang diperoleh melalui evaluasi program media pendidikan, maka program media video pembelajaran bisa diperbaiki dan disempurnakan sampai akhirnya program media video pembelajaran itu layak untuk dimanfaatkan oleh pembelajar/siswa yang menjadi sasaran program media video pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan *Research and Development (R&D)*. Penelitian pengembangan ini adalah pengembangan dengan 9 langkah yaitu: (1) identifikasi masalah: menentukan kebutuhan dan tujuan. (2) pengumpulan informasi: mengumpulkan sumber, menghasilkan gagasan. (3) desain produk: tahap pra produksi, tahap produksi, tahap pasca produksi. (4) validasi desain: ahli cabang olahraga renang, ahli media. (5) perbaikan desain: revisi, tindak lanjut. (6) uji coba produk: skala terbatas. (7) revisi produk: saran, tindak lanjut. (8) uji coba pemakaian: skala lebih luas. (9) revisi produk tahap akhir: saran, masukan.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian menurut Suharsimi Arikunto, (2010) adalah

orang, atau benda, atau hal yang melekat pada variabel penelitian. Objek penelitian adalah Sesuatu yang merupakan inti dari problematika penelitian. Sedangkan objek penelitian yang diteliti disini adalah kelayakan dari pengembangan bahan ajar berbasis video pembelajaran.

Metode Pengumpulan data dan Instrumen Penelitian

1. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini yang digunakan adalah angket tertutup dengan jenis skala jawaban yaitu skala likert. Angket tertutup memiliki jawaban yang sudah disediakan dan tidak memberi peluang kepada responden untuk menambah keterangan lain (Endang Mulyatiningsih, 2011).

2. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang diberikan kepada ahli cabang olahraga renang, ahli media, guru penjasorkes SMK Negeri 3 Singaraja dan dosen STKIP Agama Hindu Singaraja. Untuk pemberian instrument terhadap siswa kelas XI TIPTL 2 dengan daftar pertanyaan.

- a. Instrumen Kelayakan Video Pembelajaran Ditinjau dari Ahli Media dan Ahli Cabang Olahraga Renang.
- b. Instrumen Materi Pembelajaran Ditinjau dari Penilaian Guru Penjasorkes dan Dosen STKIP Agama Hindu Singaraja
- c. Instrumen Untuk Siswa Terhadap Materi Pembelajaran dan Video Dengan Daftar Pertanyaan

Prosedur Penelitian

1. Validasi dan Revisi

Validasi media video pembelajaran renang gaya dada

dilakukan oleh ahli media, ahli cabang olahraga renang.

2. Uji Coba Instrumen.

Uji coba instrumen dengan sekala kecil dilakukan pada 32 siswa sedangkan uji coba dengan sekala besar dilakukan pada 95 siswa. Kelas yang digunakan untuk uji coba instrumen merupakan kelas yang menjadi uji penelitian.

3. Uji Validitas

Instrumen dikatakan valid apabila memiliki kejituan dan ketelitian terhadap aspek yang hendak diukur. Uji validitas instrumen diperoleh dari penilaian para ahli (*judgment expert*) yaitu 3 ahli: 1) ahli media, 2) ahli cabang olahraga renang, dan 3) guru Penjasorkes dan dosen STKIP Agama Hindu Singaraja.

Metode Analisis data

1. Pengujian Realibilitas Instrumen

Reliabilitas mempunyai pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik (Suharsimi Arikunto, 2006). Penelitian ini instrumen diuji reliabilitasnya dengan menggunakan rumus alpha. Dari hasil pengujian pertama, butir yang tidak valid tidak dimasukkan dalam pengujian selanjutnya.

2. Pengujian Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahan suatu instrument (Suharsimi Arikunto, 2006).

3. Teknik Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif kualitatif yang memaparkan hasil

pengembangan produk yang berupa media pembelajaran berupa video, menguji tingkat validasi dan kelayakan produk untuk diimplementasikan pada materi renang gaya dada. Data yang diperoleh melalui instrumen penilaian pada saat uji coba dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif kualitatif.

PEMBAHASAN

Prosedur Pengembangan Video Pembelajaran Renang Gaya Dada (*Breast Stroke*)

1. Identifikasi Masalah.

Proses pembelajaran ditemukan beberapa permasalahan diantaranya:

- a. Beberapa siswa masih ada yang tidak memperhatikan guru pada saat memberikan materi
- b. Masih kurangnya motivasi siswa dalam melakukan teknik dasar renang.
- c. Masih kurangnya pemahaman sikap intraksi antara siswa dengan gurunya, lingkungan dan terhadap Tuhan.

2. Pengumpulan Informasi.

Adapun sumber referensi dan materi yang dikumpulkan:

- a. Buku “Pedoman Pengembangan Bahan Ajar” oleh Depdiknas.
- b. Buku “Media Video Pembelajaran” oleh Putrini Mahadewi L. Pt. & Tastre D. Kd. & Sudarma I Km.
- c. Buku “Media Pendidikan” disusun oleh Arief S Sadiman, dkk.
- d. Buku “Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan” disusun oleh Kemdikbud.
- e. Dupa Bandem, P. 2012. Kalber.

- f. Silabus SMK Negeri 3 Singaraja.

3. Desain Produk.

Langkah-langkah yang harus dilakukan secara garis besar, ada tiga tahap yang harus dilakukan produksi media video pembelajaran yang disebut “Standard Operational Production” (SOP), yaitu: (a) Tahap pra produksi (perencanaan dan persiapan), (b) Tahap produksi (pelaksanaan), (c) Tahap pasca produksi (penyelesaian dan penayangan).

4. Validasi Desain

Hasil data yang didapat menunjukkan tingkat validitas kelayakan video sebagai sumber belajar. Saran yang terdapat dalam instrumen digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk perbaikan video lebih lanjut. Berikut ini hasil pengujian dari masing-masing para ahli.

a. Ahli cabang olahraga renang

Berdasarkan kriteria kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) yang ditinjau dari ahli cabang olahraga renang memperoleh persentase kelayakan 100%. Total nilai ahli cabang olahraga renang sebesar 41 terletak pada interval $X > 39$, maka penilaian ahli cabang olahraga renang untuk materi renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori sangat layak digunakan dalam proses belajar mengajar, walaupun perlu dilakukan revisi sesuai dengan saran ahli cabang olahraga renang.

b. Ahli media

Berdasarkan kriteria kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*)

yang ditinjau dari ahli media memperoleh persentase kelayakan 100%. Total nilai ahli media sebesar 36 terletak pada interval $X > 32,5$, maka penilaian ahli media terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori sangat layak digunakan dalam proses belajar mengajar, walaupun perlu dilakukan revisi sesuai dengan saran ahli media.

5. Perbaikan Desain

Setelah dilakukan validasi cabang olahraga renang dan validasi media diperoleh saran untuk memperbaiki video pembelajaran dari aspek cabang olahraga renang dan aspek media, kemudian dilakukan tindak lanjut untuk lebih menyempurnakan video pembelajaran tersebut. Dari pengujian ahli cabang olahraga renang dan ahli media didapatkan hasil bahwa video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) ini valid dan dapat digunakan untuk uji coba pada peserta didik.

6. Uji Coba Produk

Uji coba pada siswa untuk mendapatkan validitas dan reliabilitas instrumen pada angket untuk siswa kelas XI TIPTL 2 SMK Negeri 3 Singaraja dengan jumlah siswa sebanyak 32 siswa dengan dinilai kelayakan oleh evaluator.

Hasil data yang didapat menunjukkan tingkat uji coba produk. Saran yang terdapat dalam instrumen digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk perbaikan video lebih lanjut. Berikut ini hasil pengujian dari masing-masing evaluator.

a. Hasil penilaian sekala terbatas oleh evaluator.

Berdasarkan kriteria kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) terhadap motivasi siswa yang dinilai oleh evaluator. Total nilai evaluator 1 sebesar 26 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$ dan total nilai evaluator 2 sebesar 27 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$, rata-rata penilaian evaluator sebesar 26,5 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$. Maka penilaian evaluator terhadap motivasi siswa untuk kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori layak, walaupun perlu dilakukan revisi sesuai dengan saran evaluator 1 dan evaluator 2.

b. Hasil respon siswa terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*)

Berdasarkan respon siswa sebanyak 32 siswa terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*). 25 responden (78%) berada pada kategori sangat baik, 5 responden (16%) berada pada kategori baik, 2 responden (6%) berada pada kategori cukup baik, tidak ada subyek 0 responden (0%) berada pada kategori kurang baik, tidak ada subyek 0 responden (0%) berada pada kategori sangat kurang baik, rata-rata respon siswa terhadap video renang gaya dada (*breast stroke*) secara klasikal yaitu 8,21 terletak pada kriteria $\bar{X} \geq 7,33$, Maka penilaian respon siswa terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori sangat baik.

7. Revisi Produk

Setelah melakukan uji coba produk sekala terbatas, evaluator memberikan masukan/saran untuk menyempurnakan produk video. kemudian dilakukan tindak lanjut untuk lebih menyempurnakan video pembelajaran tersebut. Dari masukan/saran evaluator peneliti melakukan uji coba dengan sekala lebih luas, yaitu kelas XI TIPTL dengan jumlah 95 siswa.

8. Uji Coba Pemakaian

Uji coba pada siswa untuk mendapatkan validitas dan reliabilitas instrumen pada angket untuk siswa kelas XI TIPTL SMK Negeri 3 Singaraja dengan jumlah siswa sebanyak 95 siswa dengan dinilai kelayakan oleh evaluator.

Hasil data yang didapat menunjukkan tingkat uji coba produk. Saran yang terdapat dalam instrumen digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk perbaikan video. Berikut ini hasil pengujian dari masing-masing evaluator.

a. Hasil penilaian sekala lebih luas oleh evaluator

Berdasarkan kriteria kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) terhadap motivasi siswa yang dinilai oleh evaluator 1 dan evaluator 2. Total nilai evaluator 1 sebesar 28 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$ dan total nilai evaluator 2 sebesar 30 terletak pada interval $X > 29,25$, rata-rata penilaian evaluator sebesar 29 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$. Maka penilaian evaluator terhadap motivasi siswa untuk video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*)

tergolong kategori layak digunakan dalam proses belajar mengajar, walaupun perlu dilakukan revisi sesuai dengan saran evaluator 1 dan evaluator 2.

b. Hasil respon siswa terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*).

Berdasarkan respon siswa sebanyak 95 siswa terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*). 73 responden (77%) berada pada kategori sangat baik, 20 responden (21%) berada pada kategori baik, 2 responden (2%) berada pada kategori cukup baik, tidak ada subyek 0 responden (0%) berada pada kategori kurang baik, tidak ada subyek 0 responden (0%) berada pada kategori sangat kurang baik, rata-rata respon siswa terhadap video renang gaya dada (*breast stroke*) secara klasikal yaitu 8,27 terletak pada kriteria $\bar{X} \geq 7,33$, maka penilaian respon siswa terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori sangat baik.

c. Peningkatan data respon siswa terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*).

Berdasarkan hasil analisis data respon siswa kelas XI TIPTL 2, dan kelas XI TIPTL SMK Negeri 3 Singaraja dapat disampaikan bahwa, respon siswa pada sekala terbatas secara klasikal sebesar 8,21, kemudian diberikan tindakan pada sekala lebih luas menjadi 8,27. Karena pada sekala terbatas respon siswa masih perlu ditingkatkan

maka diberikan tindakan pada sekala lebih luas menjadi 8,27. Dari hasil analisis data tersebut, dapat dilihat terjadi peningkatan respon video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) dari sekala terbatas dan sekala lebih luas. Respon video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) pada siswa kelas XI TIPTL 2 dan kelas XI TIPTL SMK Negeri 3 Singaraja mengalami peningkatan sebesar 0,06 dari 8,21 (sangat baik) pada sekala terbatas dan 8,27 (sangat baik) sekala lebih luas.

9. Revisi Produk Tahap Akhir.

Setelah melakukan uji coba produk pada kelompok yang lebih luas, evaluator memberikan masukan/saran. adapun masukan/saran yang didapat oleh peneliti yaitu (a) setiap memberikan materi selalu ada tanya jawab ke siswa, (b) setelah menampilkan video siswa diajak untuk melakukan gerakan renang gaya dada (*breast stroke*), (c) setelah menampilkan video diharapkan pembelajaran tidak hanya di lapangan saja tetapi bisa diterapkan di dalam ruangan dengan menampilkan video pembelajaran khususnya renang.

SIMPULAN

Simpulan

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Pengembangan video renang gaya dada (*breast stroke*) berdasarkan tahap sesuai dengan prosedur pengembangan yaitu tahap identifikasi masalah, pengumpulan informasi, desain

prodak, validasi desain, perbaikan produk, uji coba produk, revisi produk, uji coba tahap akhir, dan revisi produk tahap akhir. Setelah video tersusun dan menjadi media pembelajaran, maka video divalidasi oleh para ahli agar dapat digunakan dalam proses belajar mengajar dan diuji cobakan kepada peserta didik. Hasil validasi dari ahli cabang olahraga renang diperoleh hasil valid dan sangat layak dengan persentase 100%, dan penilaian dari ahli media pembelajaran diperoleh hasil valid dan sangat layak dengan persentase 100% sehingga dapat digunakan dan diuji cobakan kepada peserta didik.

2. Hasil pengujian kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) untuk motivasi siswa dari penilaian evaluator dengan sekala terbatas yaitu 32 siswa kelas XI SMK Negeri 3 Singaraja. Total nilai evaluator 1 sebesar 26 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$ dan total nilai evaluator 2 sebesar 27 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$, rata-rata penilaian evaluator sebesar 26,5 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$. Maka penilaian evaluator terhadap motivasi siswa untuk kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori layak. Sedangkan untuk respon siswa sebanyak 32 siswa, rata-rata respon siswa terhadap video renang gaya dada (*breast stroke*) secara klasikal yaitu 8,21 terletak pada kriteria $\bar{X} \geq 7,33$, maka penilaian respon siswa

terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori sangat baik.

3. Hasil pengujian kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) untuk motivasi siswa dari penilaian evaluator dengan lebih luas yaitu 95 siswa kelas XI SMK Negeri 3 Singaraja. Total nilai evaluator 1 sebesar 28 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$ dan total nilai evaluator 2 sebesar 30 terletak pada interval $X > 29,25$, rata-rata penilaian evaluator sebesar 29 terletak pada interval $22,5 < X < 29,25$. Maka penilaian evaluator terhadap motivasi siswa untuk kelayakan video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori layak. Sedangkan untuk respon siswa sebanyak 95 siswa, rata-rata respon siswa terhadap video renang gaya dada (*breast stroke*) secara klasikal yaitu 8,27 terletak pada kriteria $\bar{X} \geq 7,33$, maka penilaian respon siswa terhadap video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) tergolong kategori sangat baik.
4. hasil analisis data respon siswa kelas XI TIPTL 2, dan kelas XI TIPTL SMK Negeri 3 Singaraja, respon siswa pada sekala terbatas secara klasikal sebesar 8,21, kemudian diberikan tindakan pada sekala lebih luas menjadi 8,27. Dari hasil analisis data tersebut mengalami peningkatan sebesar 0,06 dari 8,21 (sangat baik) pada sekala terbatas dan 8,27 (sangat baik) sekala lebih luas.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat diberikan pada penelitian ini adalah:

1. Sesuai dengan hasil penelitian, bahwa video pembelajaran renang gaya dada (*breast stroke*) berlandaskan tri hita karena adalah berdasarkan validitas hasil dari ahli cabang olahraga renang dan ahli media sangat layak untuk digunakan, oleh karena itu dapat diterapkan dalam proses belajar mengajar disekolah.
2. Diharapkan adanya penelitian lebih lanjut terhadap efektivitas penggunaan media pembelajaran video renang gaya dada (*breast stroke*) pada kelas XI di SMK Negeri 3 Singaraja, sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian "Suatu Pendekatan Praktik"*. Jakarta: Penerbit Bina Aksara.
- Arif S Sadiman. 2006. *Media Pendidikan. Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Ayuningrum Fiskha. 2012. *Pengembangan Media Video Pembelajaran Untuk Siswa Kelas X Pada Kompetensi Mengolah Soup Kontinental Di Smk N 2 Godean*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

- Azhar Arsyad. 2004. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Cheppy Riyana. 2007. *Pedoman Pengembangan Media Video*. Jakarta: P3AI UPI.
- Depdiknas. 2008. *Panduan Pengembangan Bahan Ajar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Endang Mulyatiningsih. 2011. *Riset Terapan Bidang Pendidikan & Teknik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Gede Agung .A.A. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Singaraja: Undiksha.
- Hamalik, O. 2009. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Penerbit Bumi Aksara.
- Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta
- Kemdikbud. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Katalog Dalam Terbitan (KDT).
- Majid Abdul. 2008. *Perencanaan Pembelajaran “Mengembangkan Standar Kompetensi Guru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sanjaya, W. 2009. *Strategi Pembelajaran “Berorientasi Standar Proses Pendidikan”*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Tegeh, I M & Kirna, I M. 2010. *Metode Penelitian Pengembangan Pendidikan*. Singaraja: Undiksha
- Putrini Mahadewi L. Pt. & Tastre D. Kd. & Sudarma I Km. 2006. *Media Video Pembelajaran*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha
- Dupa Bandem, P. 2012. <https://pandejuliana.wordpress.com/2012/01/20/trihita-karana-dan-tat-twam-asi/>. Kalber.
- Yayasan Bali Galang. <http://www.babadbali.com/canangsari/trihitakarana.htm>. Bali.