

## PENILAIAN RENANG GAYA BEBAS BERBASIS DIGITAL: HASIL BELAJAR

**Robert Tetikay<sup>1</sup>, Yahya Jacson Palinata<sup>2</sup>, Alventur Baun<sup>3</sup>, Julian Jeminel Leko<sup>4</sup>**

Universitas Kristen Artha Wacana<sup>1,2,3,4</sup>

yahyajacsonpalinata@gmail.com<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Tujuan penelitian untuk penilaian renang gaya bebas berbasis digital sebagai instrument aktivitas gerak dan hasil belajar mahasiswa PJKR-UKAW Ta. 2024/2025. Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan jumlah sampel 47 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan lembaran pengamatan untuk aspek afektif, pada aspek kognitif dan aspek psikomotor menggunakan tes. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase untuk aktivitas gerak dan hasil belajar. Hasil penelitian: Indikator penilaian dan hasil belajar pada aspek afektif diperoleh percaya diri sebesar 91,5% serta 100% untuk kejujuran, menghargai, disiplin, dan sportivitas. Indikator penilaian hasil belajar pada aspek kognitif diperoleh 23,4% (11 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik sekali, 27,7% (13 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik, 25,5% (12 orang mahasiswa) dengan kriteria Kurang serta 23,4% (11 orang mahasiswa) dengan kriteria Buruk. Indikator penilaian pada aspek psikomotor meliputi gerakan meluncur dan keterampilan gerakan renang gaya bebas diperoleh 100% (47 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik sekali. Simpulan, Melalui hasil penelitian model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital maka diperoleh indicator-indicator penilaian untuk aspek afektif, kognitif dan psikomotor dan hasil belajar mahasiswa PJKR-UKAW Ta. 2024/2025 adalah 68,1% (32 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik sekali, 29,8% (14 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik dan 2,1% (1 orang mahasiswa) dengan kriteria Cukup.

**Kata Kunci:** Penilaian, renang gaya bebas, berbasis digital, hasil belajar

### ABSTRACT

*Research objectives: to find out the digital-based freestyle swimming learning model as an instrument for assessing movement activities and learning outcomes for PJKR-UKAW students Ta. 2024/2025. This study used quantitative descriptive research with a sample size of 47 people. Data collection techniques used observation sheets for affective and cognitive aspects, while psychomotor aspects were assessed using tests. Data analysis techniques used quantitative descriptive analysis with percentages for movement activities and learning outcomes. Research results: assessment indicators and learning outcomes in affective aspects obtained 91,5% confidence and 100% for honesty, respect, discipline, and sportsmanship. Indicators of learning outcomes assessment in cognitive aspects obtained 23.4% (11 students) with excellent criteria, 27.7% (13 students) with good criteria, 25.5% (12 students) with very poor criteria and 23.4% (11 students) with poor criteria. Indicators of assessment of movement activities and learning outcomes in the psychomotor aspect include gliding movements and freestyle swimming movement skills obtained 100% (47 students) with excellent criteria. Conclusion: Through the results of digital-based freestyle swimming assessment research: student learning outcomes of PJKR-UKAW students Ta. 2024/2025 is 68.1% (32 students) with excellent criteria, 29.8% (14 students) with good criteria and 2.1% (1 student) with fair criteria.*

**Keywords:** *Assessment; freestyle swimming; digital-based; learning outcomes*

## PENDAHULUAN

Pendidikan di perguruan tinggi merupakan jenjang terakhir dalam lingkup pendidikan, sehingga kualitas dan kuantitas pendidikan sampai saat ini masih tetap menjadi suatu masalah yang paling menonjol dalam setiap usaha pembaharuan sistem pendidikan nasional. Pendidikan yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi memiliki peran untuk melaksanakan penelitian, pendidikan, dan pengabdian masyarakat sehingga dapat mengembangkan ilmu sesuai bidangnya untuk dapat berkontribusi pada pembangunan masyarakat (Sedyati, 2022). Keberadaan lembaga perguruan tinggi bertanggungjawab menciptakan pendidikan sebagai barometer yang digunakan untuk menilai atau mengukur kualitas pendidikan yang maju dan mampu bersaing secara global.

Salah satu indikator mutu pendidikan di perguruan tinggi dapat mewujudkan sumber daya manusia yang berwawasan dan memiliki kompetensi professional. Mengingat peran penting dan strategis bidang pendidikan, maka pengembangan sumber daya manusia pada bidang ini menjadi tuntutan, baik tuntutan yuridis, formal dan teknis operasionalnya maupun tuntutan penguasaan teoretis dan praktik empiris. Sektor utama dalam pendidikan yang berkualitas perlu didukung oleh sumber daya manusia yang berkualitas dan bermutu tinggi (Sholihah, 2020). Dengan beberapa peran yang dimilikinya, pendidikan dituntut memiliki sumber daya untuk mempersiapkan pelaku-pelaku perubahan yang tangguh, unggul, partisipatif, dan kompetitif.

Kegiatan pelayanan akademik perguruan tinggi pada dasarnya merupakan suatu kesatuan yang utuh dan saling terkait, mempengaruhi, membutuhkan dan menentukan kinerja sistem berupa input, proses dan output yang harus mendapatkan pengutamaan di perguruan tinggi (Samar & Ramadani, 2022). Dalam bidang pengajaran, kegiatan belajar mengajar merupakan kegiatan inti dari keseluruhan proses pendidikan di Perguruan Tinggi yang akan terlihat dari kualitas hasil belajar mahasiswa (Tumoka, 2021). Dosen harus memiliki serangkaian keterampilan komprehensif dalam beberapa domain yang secara langsung atau tidak langsung mempengaruhi praktik pengajaran dan kemajuan mahasiswa. Dalam proses pembelajaran di perguruan tinggi, cara belajar mahasiswa yang terstruktur dan sistematis akan berdampak pada hasil yang diperoleh, begitu sebaliknya (Zulparis, 2023). Salah satu indikator agar daya serap mahasiswa menjadi tinggi atau baik, maka interaksi antara dosen dan mahasiswa menjadi perhatian dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran (Lianingsih & Hasanah, 2022). Dosen mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan tingkat keberhasilan yang dicapai dalam proses pembelajaran di lembaga pendidikan dengan mempertimbangkan beberapa unsur yang meliputi kesejahteraan mahasiswa, ketersediaan sumber daya, kualitas fasilitas, dan metode evaluasi (Syafuddin, 2023). Untuk dapat membentuk cara belajar mahasiswa maka peran dosen dalam pembelajaran bergeser dari pengajar menjadi fasilitator sehingga mahasiswa dituntut untuk dapat berpartisipasi secara aktif, selalu ditantang untuk memiliki daya kritis, mampu menganalisis dan dapat memecahkan masalahnya sendiri. Suasana belajar mengajar yang menyenangkan melalui kreativitas dan inovasi yang diciptakan oleh dosen akan membantu dalam pencapaian tujuan pembelajaran (Surahman & Yeni, 2019).

Dalam pemetaan mata kuliah yang ada di Program Studi PJKR-UKAW, renang merupakan salah satu mata kuliah yang harus diprogramkan oleh mahasiswa dengan bobot 2 sks antara teori dan praktek. Penguasaan akan materi, teknik dasar renang dan

pertolongan kecelakaan dalam air merupakan indikator yang harus dikuasai oleh mahasiswa yang kelak akan menjadi seorang pendidik, peneliti muda, pelatih dan messuer. Pembelajaran olahraga renang biasanya dilakukan di dalam kolam renang, gerakan yang diperagakan di dalam air tidak dapat dilihat visualisasinya secara menyeluruh, sehingga sulit untuk mempraktekkan secara sempurna dan tepat gerakan serta teknik yang benar dalam melakukan olahraga renang. Olahraga renang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, menyehatkan tubuh juga sebagai kegiatan pengisi waktu luang atau rekreasi. Renang merupakan olahraga yang sudah lama dipraktikkan dan menawarkan beberapa keuntungan baik dari segi fisik maupun psikis (Fauzi et al., 2023). Olahraga renang terdapat empat gaya renang yaitu: gaya dada, gaya bebas, gaya kupu-kupu, dan gaya punggung.

Gaya bebas merupakan gerakan renang yang memiliki karakter gerakan yang sudah lazim dilakukan dan gerakan renang yang paling mendasar, dengan tahapan pelaksanaan posisi tubuh (*body position*), gerakan kaki (*kicking*), gerakan rotasi tangan (*hand rotation*), gerakan pengambilan nafas (*breathing*) (Syaleh et al., 2019). Renang gaya bebas merupakan gaya renang yang termasuk mudah untuk dipelajari oleh semua kalangan, karena pada konsep dasarnya berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air, kedua kaki digerakkan naik turun ke atas serta ke bawah secara bergantian serta ke dua tangan bergantian mengayuh ke depan. Dengan menyatukan gerakan ayunan tangan, kaki dan pola pernapasan maka teknik renang gaya bebas mudah dilakukan dibandingkan gaya renang lainnya (Rezki et al., 2019).

Dalam proses perkuliahan, pemilihan strategi, metode, media, peralatan dan fasilitas, serta cara menginformasikan merupakan indikator yang sangat berpengaruh terhadap keaktifan pelajar dalam kegiatan belajar mengajar (Sinlaeloe et al., 2023). Penggunaan media pembelajaran merupakan perantara atau penyalur sumber pesan dengan penerima pesan yang dapat membangkitkan minat, perhatian dan motivasi untuk terlibat dalam proses pembelajaran (Sari et al., 2023). Keberhasilan sebuah pembelajaran berkaitan dengan komponen penting yang terdapat didalamnya, yakni bahan ajar, sumber pembelajaran, suasana dan media yang digunakan. Dengan adanya media pembelajaran yang sesuai maka akan meningkatkan kualitas output belajar yang memuaskan (Rahayu et al., 2022). Saat ini pengajar sangat dituntut untuk bisa beradaptasi dengan cepat dan sigap dengan kondisi yang ada. Hal itu berdampak pada tuntutan pengajar pada penguasaan teknologi pembelajaran salah satunya ialah menggunakan media rekaman, yang saat ini sangat disarankan dalam pembelajaran penjas karena dapat membantu proses pengajaran, penyampaian informasi dan daya tarik pembelajaran yang lebih menarik (Dhani et al., 2022). Pemanfaatan media digital dalam pembelajaran merupakan salah satu sarana pendukung dalam suatu proses pembelajaran untuk meningkatkan kualitas pendidikan (Kuntari, 2023).

Pembelajaran menggunakan pendekatan media berbasis video, sangatlah membantu peserta didik memahami dengan visualisasinya (Nofridasari & Hidayati, 2023). Penggunaan media digital dalam proses pembelajaran renang, mempermudah mahasiswa belajar dengan baik, merangsang daya imajinasi mahasiswa melalui media audio visual yang dapat dilihat berulang-ulang sehingga mampu mempraktekkan gerakan tersebut. Hasil temuan (Salsabila et al., 2025) memperkuat bahwa pendekatan media berbasis video lebih efektif dalam penyampaian materi dan menyenangkan bagi peserta didik. Implementasi model pembelajaran berbasis digital menuntut kreativitas dosen agar membangkitkan animo, spirit dan inisiatif mahasiswa agar dapat memanfaatkan teknologi digital dalam mengembangkan kemampuan dan kreativitasnya

secara maksimal mengikuti proses pembelajaran. Pembelajaran renang gaya bebas berbasis multimedia interaktif telah dikombinasikan antara unsur teks, gambar, audio dan video sehingga akan membangkitkan animo, spirit dan inisiatif mahasiswa dalam proses pembelajaran (Mashud & Widiastuti, 2018). Oleh karena itu, dosen sebagai pendidik profesional harus mampu memanfaatkan teknologi digital dalam mempersiapkan materi ajar, media pembelajaran dan strategi pembelajaran sampai pelaksanaan pembelajaran.

Penelitian ini pun menjawab perbedaan antara penelitian sebelumnya dengan mengeksplorasi pada aspek afektif, kognitif dan psikomotor peserta didik. Banyak penelitian yang menggunakan pendekatan media digital atau video pembelajaran bagi siswa SD, SMP dan SMA tetapi tidak kepada mahasiswa, seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Armen & Rahmadani, (2018), tentang ualitas materi dan aspek isi media pembelajaran renang gaya bebas berbasis macromedia flash 8 siswa kelas VII SMP menunjukkan bahwa dengan melihat gambar dan animasi teknik dasar renang, siswa lebih mudah memahami tahapan-tahapan pelaksanaan baik itu meluncur, gerakan tangan, kaki dan pernapasan.

Media digital juga akan membantu dosen dalam mengevaluasi hasil belajar atau pencapaian gerakan yang dilakukan oleh mahasiswa. Oleh sebab itu melalui penelitian ini penggunaan media digital menjadi alternatif untuk mendapatkan hasil belajar mahasiswa dan menjadi instrument penilaian untuk aspek afektif, kognitif dan psikomotor.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 47 orang mahasiswa. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar pengamatan untuk aspek afektif, dan kognitif sedangkan aspek psikomotor menggunakan tes. Instrumen yang biasa digunakan untuk mengukur aspek afektif, kognitif dan psikomotor meliputi penilaian unjuk kerja, sikap, tertulis, proyek produk, portofolio dan pengenalan diri

Tes sebagai instrumen pengumpulan data merupakan serangkaian latihan yang digunakan untuk mengukur pengetahuan, intelegensi, keterampilan atau motorik. Untuk dapat mengetahui aktivitas gerak dan hasil belajar mahasiswa pada model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital sebagai berikut: Instrumen pengukuran afektif ini disusun untuk mengukur perilaku yang ditampilkan mahasiswa selama proses belajar mengajar. Instrumen pengukuran kognitif disusun untuk menguji kemampuan peserta didik dalam menguasai materi model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital meliputi: Hasil pengerjaan tugas dalam bentuk kuis interaktif. Instrumen pengukuran psikomotor ini disusun untuk mengukur penampilan mahasiswa saat mempraktekkan keterampilan aktivitas aquatic. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase untuk aktivitas gerak dan hasil belajar. Selanjutnya untuk mendapatkan persentase tiap kategori digunakan rumus persentase adalah:

$$\text{Nilai Persentase} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Tabel 1. Pedoman Acuan Normatif

Rentang Nilai (%)	Kriteria
85-100	Baik sekali
75-84	Baik
65-74	Cukup
55-64	Kurang
<54	Buruk

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian tentang model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital sebagai instrumen penilaian aktivitas gerak dan hasil belajar mahasiswa PJKR-UKAW Ta. 2024/2025 meliputi:

### Aspek Afektif

Model pembelajaran berbasis digital merupakan upaya untuk mengembangkan kreativitas mahasiswa mengikuti proses pembelajaran renang gaya bebas. Melalui media digital, mahasiswa dapat memperoleh gambaran atau informasi yang lebih detail tentang pelaksanaan teknik dasar renang gaya bebas. Dalam proses penelitian ini, melalui hasil pengamatan di lapangan atau kolam renang saat materi renang gaya bebas diberikan, ditemukan bahwa indikator pada aspek afektif sebagai berikut: percaya diri, kejujuran, menghargai, disiplin, dan sportivitas. Berdasarkan hasil pengamatan untuk indikator aspek afektif tersebut, maka tim peneliti mendeskripsikan indikator percaya diri meliputi: berani menjelaskan materi, berani dalam bertindak, bersikap tenang, optimis dan mandiri, serta kreatif. Untuk indikator kejujuran meliputi: berbicara yang sebenarnya, mengakui kesalahan atau kekurangan yang dimiliki, berbuat/berperilaku sesuatu sesuai dengan pilihannya, dan berani menampilkan sikap secara transparan.

Pada indikator menghargai meliputi: menghormati atau menjunjung tinggi pendapat orang lain, bersedia mengakui/menegaskan pilihan, bersikap demokratis, dan menghormati kelebihan dan kekurangan orang lain. Untuk indikator disiplin meliputi: menggunakan kesempatan untuk berpendapat, kesadaran diri dalam proses pembelajaran, mematuhi semua aturan yang berlaku dan konsisten dan bersikap adil, serta indikator sportivitas meliputi: bersikap hormat dan adil terhadap teman atau lawan, mengakui kelebihan dan pencapaian hasil orang lain, tidak sombong dan meremehkan teman atau lawan dan membangun kekompakan dalam tim. Sesuai dengan deskriptif indikator-indikator tersebut, maka diperoleh hasil belajar mahasiswa pada aspek afektif untuk materi renang gaya bebas berbasis digital sebagai berikut:

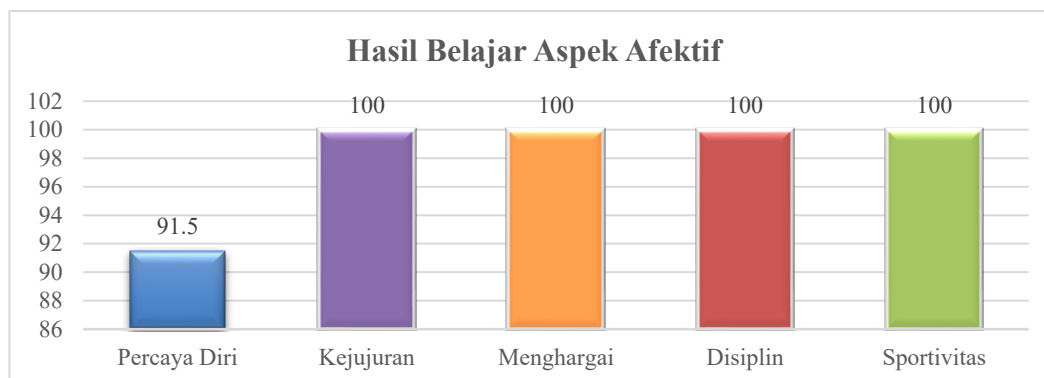


Diagram: 1. Hasil Belajar Aspek Afektif

### Aspek Kognitif

Dalam penelitian tentang model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital sebagai instrumen penilaian aktivitas gerak dan hasil belajar mahasiswa PJKR-UKAW Ta. 2024/2025, salah satu aspek yang diamati serta dinilai adalah aspek kognitif. Untuk mengetahui tingkat kognitif mahasiswa tentang model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital, terlebih dahulu mahasiswa diberikan video pembelajaran yang disertai dengan penjelasan akan langkah-langkah pelaksanaan teknik dasar renang yang meliputi gerakan meluncur dan keterampilan gerakan. Indikator gerakan meluncur meliputi posisi tubuh, gerakan kaki, dan gerakan lengan sedangkan indikator keterampilan gerakan meliputi: posisi tubuh, gerakan tungkai kaki, gerakan tangan dan pengambilan napas.

Untuk aspek kognitif, tim peneliti menggunakan quis interaktif tentang langkah-langkah pelaksanaan teknik dasar renang yang meliputi gerakan meluncur dan keterampilan gerakan dengan hasil belajar yang diperoleh sebagai berikut:

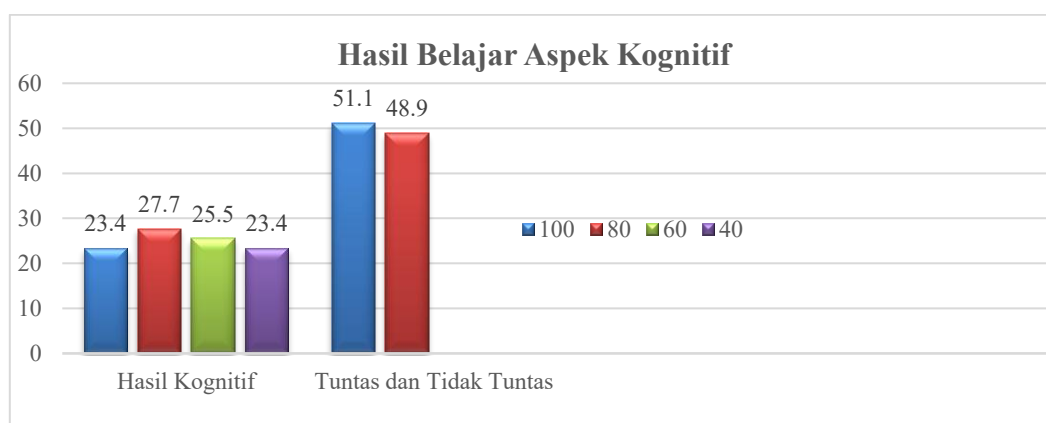


Diagram: 2. Hasil Belajar Aspek Kognitif

### Aspek psikomotor

Indikator penilaian model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital sebagai instrumen penilaian aktivitas gerak dan hasil belajar mahasiswa PJKR-UKAW Ta. 2024/2025 sebagai berikut:

#### Gerakan meluncur

Dalam pelaksanaan teknik dasar renang gaya bebas, salah satu komponen yang harus diketahui dan dilaksanakan adalah gerakan meluncur. Gerakan meluncur meliputi: posisi tubuh dengan langkah-langkah; posisi tubuh harus sejajar dengan permukaan air, posisi kepala harus sejajar dengan permukaan air, hadapkan wajah ke dasar kolam dan tiupkan udara saat meluncur. Gerakan kaki dengan langkah-langkah; satu kaki berada di lantai kolam, satu kaki berada di dinding, tolak kaki yang berada di dinding kolam dan luruskan kaki saat menolak dan saat meluncur. Gerakan lengan dengan langkah-langkah sebagai berikut: kedua lengan diluruskan sejajar dengan kepala, kedua lengan menjepit telinga, kedua siku lengan tidak dibengkokkan dan saat meluncur tangan tetap lurus di samping telinga.

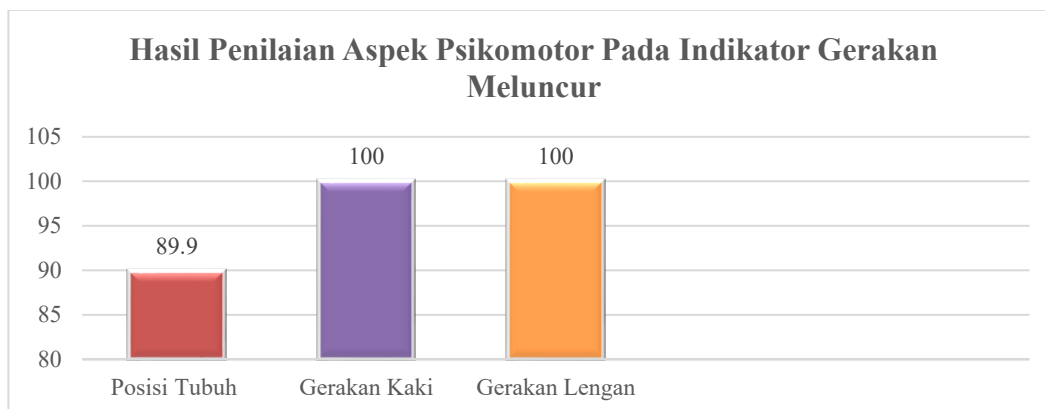


Diagram: 3. Hasil Penilaian Pada Indikator Gerakan Meluncur

### **Keterampilan gerakan renang gaya bebas**

Dalam melaksanakan keterampilan gerakan renang gaya bebas, indicator yang harus diperhatikan adalah posisi tubuh dengan langkah-langkah; tubuh sejajar dengan permukaan air, dengan posisi tubuh lurus agar mengurangi hambatan air, posisi kepala sedikit menghadap ke bawah dengan mata mengarah ke dasar kolam, posisikan tubuh dalam bentuk garis lurus dari kepala hingga kaki, tubuh bergerak pada satu garis pusat lurus ke depan atau pada rotasinya. Gerakan tungkai kaki dengan langkah-langkah; kedua tungkai kaki diluruskan ke belakang, posisi kedua telapak kaki lurus menghadap ke atas dan pergelangan kaki tetap rileks atau fleksibel, bentuk ayunan gerakan kaki ke atas dan ke bawah secara bergantian serta dorong air menggunakan punggung kaki, gerakan kedua tungkai kaki secara simultan/berkelanjutan antara tungkai kiri dan kanan.

Gerakan tangan dengan langkah-langkah; Fase tangan memasuki permukaan air; Tangan diluruskan ke depan sebagai pengatur keseimbangan agar posisi badan tetap pada posisi horizontal, Fase menarik; Lengan lurus ke belakang dengan jalan mengangkat siku keluar dari air, diikuti lengan bawah dan jari-jari secara tertutup dengan gerakan menarik, Fase mendorong; Tangan didorongkan ke belakang hingga siku lurus dan telapak tangan menghadap ke belakang. Siku ditarik sampai segaris dengan bahu, telapak tangan dan jari-jari tangan mengikuti gerakan siku ke depan kepala dengan telapak tangan mengarah ke belakang dan jari-jari menuju ke bawah, Fase istirahat; Siku harus selalu lebih tinggi dari bagian lengan. Telapak tangan tetap menghadap ke belakang, lalu jari-jari tetap mengarah ke bawah dan rileks. Irama gerakan menarik harus sama dari lengan yang ditarik silang di bawah dada dengan kuat.

Teknik pengambilan napas dengan langkah-langkah; Mengambil napas dengan memiringkan kepala hingga mulut di atas permukaan air kira-kira 30 derajat, Posisi muka kembali menghadap kembali ke dalam air untuk mengembuskan napas, Posisi kepala saat bernapas adalah memiringkan kepala ke satu arah, yaitu ke kanan atau kiri saja, Teknik pengeluaran napas dilakukan bersamaan dengan tangan mendayung.

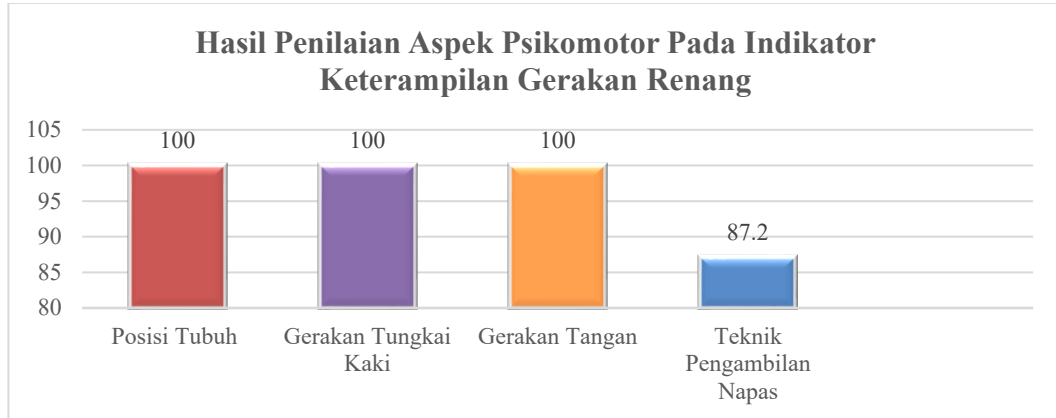


Diagram: 4. Hasil penilaian pada indikator keterampilan gerakan

Berdasarkan indicator penilaian gerakan meluncur dan keterampilan gerakan renang untuk model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

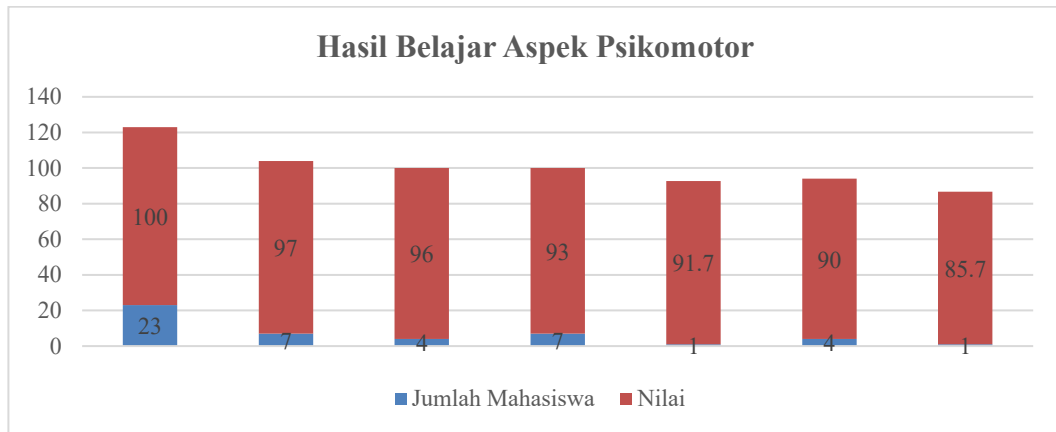


Diagram: 5. Hasil Belajar Aspek Psikomotor

Berdasarkan hasil pengamatan dan tes untuk model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital sebagai instrumen penilaian aktivitas gerak dan hasil belajar mahasiswa PJKR-UKAW Ta. 2024/2025 maka diperoleh:

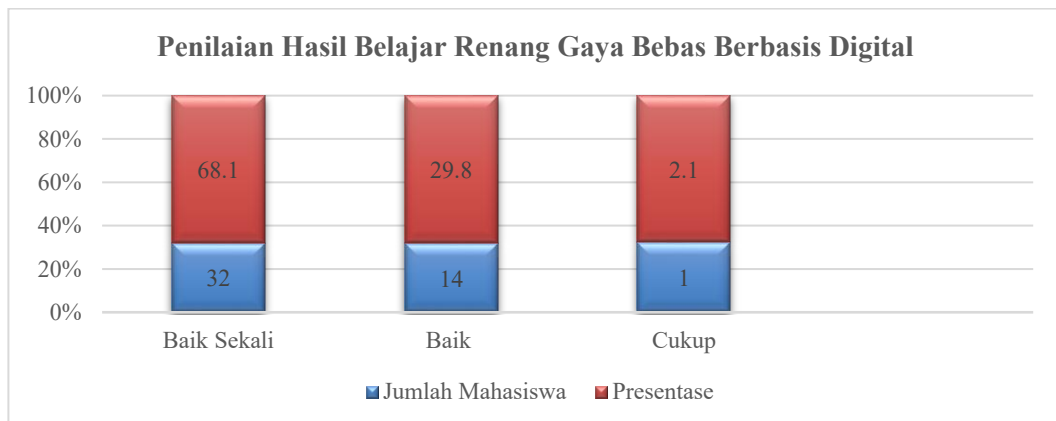


Diagram: 6. Hasil Belajar Renang Gaya Bebas

## **PEMBAHASAN**

Penilaian dalam proses pembelajaran merupakan kunci untuk dapat mengetahui hasil dalam kegiatan belajar mengajar. Dalam instansi penyelenggara pendidikan, penilaian diperlukan untuk menampilkan hasil dan juga sebagai bahan evaluasi untuk keberlanjutan proses pembelajaran dengan meliputi aspek afektif, kognitif dan psikomotor (Nurul et al., 2023). Indikator penilaian dan hasil belajar pada aspek afektif diperoleh percaya diri sebesar 91,5% serta 100% untuk kejujuran, menghargai, disiplin, dan sportivitas. Aspek afektif merupakan dimensi emosional yang meliputi perasaan, minat serta kepatuhan terhadap norma dan moral yang dipengaruhi oleh kesadaran akan nilai yang diinternalisasikan ke dalam diri (Widyaningsih et al., 2022). Aspek kognitif merujuk pada kemampuan peserta didik dalam menguasai ilmu pengetahuan dengan tujuan meningkatkan keterampilan dalam mengenali, menemukan, memahami, serta memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan yang tepat (Salasiah et al., 2020). aspek kognitif berorientasi pada kemampuan berpikir atau intelektual (Aprizal et al., 2024). Sebagai salah satu cara untuk mengukur sejauh mana pengetahuan diri peserta didik maka dilakukan tes kognitif. Indikator penilaian hasil belajar pada aspek kognitif diperoleh 23,4% (11 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik sekali, 27,7% (13 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik, 25,5% (12 orang mahasiswa) dengan kriteria Kurang serta 23,4% (11 orang mahasiswa) dengan kriteria Buruk.

Aspek psikomotor merupakan suatu ranah penilaian yang berkaitan antara aktivitas fisik dan keterampilan peserta didik. Aspek psikomotor dapat ditandai dengan meningkatnya kesegaran jasmani, daya tahan tubuh, eksistensi dan prestasi belajar peserta didik. Aspek psikomotorik berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa sehingga dapat meningkatkan prestasi akademik dan pentingnya pengembangan kemampuan psikomotor dalam pembelajaran di perguruan tinggi (Akbar et al., 2025). Indikator penilaian hasil belajar pada aspek psikomotor untuk renang gaya dada meliputi gerakan meluncur dan keterampilan renang maka diperoleh 100% (47 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik sekali. Pemanfaatan teknologi dalam proses pembelajaran sangat penting sebagai media pendukung untuk pencapaian tujuan pembelajaran, meningkatkan kualitas kegiatan belajar mengajar baik dalam kelas maupun di luar kelas (Syahlan et al., 2024). Penggunaan media audio-visual dalam pembelajaran renang gaya bebas membuat peserta didik lebih tertarik untuk belajar karena visualisasi akan gerakan yang kompleks dan tahapan-tahapan gerakan renang atau teknik renang yang sulit dapat dipelajari secara berulang (Rizky et al., 2022). Penggunaan media digital dalam proses pembelajaran renang gaya bebas sangat membantu mahasiswa dalam mempraktekkan gaya tersebut sehingga kehadiran media digital dalam proses pembelajaran renang gaya bebas dapat meningkatkan hasil belajar (Mashud & Widiastuti, 2018).

## **SIMPULAN**

Melalui hasil penelitian model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital untuk hasil belajar, maka diperoleh indikator penilaian yaitu aspek afektif meliputi percaya diri, kejujuran, menghargai, disiplin, dan sportivitas. Pada aspek kognitif dan psikomotor meliputi pemahaman dan kemampuan akan gerakan meluncur yang terdiri dari posisi tubuh, gerakan kaki, dan gerakan lengan sedangkan keterampilan gerakan terdiri dari posisi tubuh, gerakan tungkai kaki, gerakan tangan dan pengambilan napas. Hasil belajar mahasiswa PJKR-UKAW Ta. 2024/2025 pada model pembelajaran renang gaya bebas berbasis digital untuk aspek afektif, kognitif dan psikomotor adalah 68,1%

(32 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik sekali, 29,8% (14 orang mahasiswa) dengan kriteria Baik dan 2,1% (1 orang mahasiswa) dengan kriteria Cukup. Hasil penelitian pada aspek kognitif masih sangat rendah sehingga diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat menggunakan media, strategi-strategi pembelajaran maupun metode-metode dalam proses pembelajaran untuk dapat meningkatkan hasil belajar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, S., Efendi, A., & Damingun, D. (2025). Pengaruh Aspek Psikomotorik Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *Journal of Accounting and Finance Management*, 6(2), 485–494. <https://doi.org/10.38035/jafm.v6i2.1864>
- Aprizal, M., Nasution, N. S., Sumarno, A., & Fauzi, D. (2024). Tingkat pengetahuan siswa tentang pembelajaran renang. *Jurnal Porkes*, 7(1), 45–57. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.23077>
- Armen, M., & Rahmadani, A. F. (2018). Kualitas Materi dan Aspek Isi Media Pembelajaran Renang Gaya Bebas Berbasis Macromedia Flash 8 Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1), 54–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.31571/jpo.v7i1.881>
- Dhani, D. P., Zubaida, I., Triprayoga, R., & Wahyudi, A. N. (2022). Penggunaan Media Pembelajaran Model Gerakan Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Dada. *Jurnal Pendidikan Modern*, 7(3), 128–134. <https://doi.org/10.37471/jpm.v7i3.492>
- Fauzi, D., Alifyah, H., Gani, R. A., Achmad, I. Z., Nugroho, S., & Julianti, R. R. (2023). Keterampilan Teknik Dasar Renang Gaya Bebas (Crawl) Di SMPN 5 Karawang Barat: Ekspektasi vs Realita Info Artikel. 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i1.251>
- Kuntari, S. (2023). Pemanfaatan Media Digital dalam Pembelajaran. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan IAIM Sinjai*, 2, 90–94. <https://doi.org/10.47435/sentikjar.v2i0.1826>
- Lianingsih, N. P., & Hasanah, E. (2022). Metode Pembelajaran Untuk Meningkatkan Daya Serap Mahasiswa. *Kuttab*, 6(1), 133. <https://doi.org/10.30736/ktb.v6i1.813>
- Mashud, M., & Widiastuti, W. (2018). Pengembangan Pembelajaran Renang Gaya Bebas Berbasis Multimedia Interaktif. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 9(2), 119–133. <https://doi.org/10.21009/gjik.092.05>
- Nofridasari, E. A., & Hidayati, D. (2023). Erlita Ayu Nofridasari Dian Hidayati. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 14 (2), 222–228. <https://doi.org/10.21009/>
- Nurul, Rustan, E., & Ajigoena, A. M. (2023). Penilaian Afektif Siswa terhadap Perubahan Sikap Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 7(2), 231–241. <https://doi.org/10.23887/jppp.v7i2.58498>
- Rahayu, W. I., Bibi, S., & Arief, M. S. (2022). Perancangan media pembelajaran rangkaian listrik dasar menggunakan teknologi augmented reality melalui virtual laboratory. *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains*, 11(2), 200–210. <https://doi.org/10.31571/saintek.v11i2.4714>
- Rezki, Jatra, R., & SM, N. R. (2019). Analisis Teknik Renang Gaya Bebas Pada Mahasiswa Mata Kuliah Renang. *Journal.Uir.Ac.Id*, 4(1), 258–265. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2019.vol4\(1\).2319](https://doi.org/10.25299/sportarea.2019.vol4(1).2319)
- Rizky, H. M., Saifudin, A., & Makrifah, I. A. (2022). Pengembangan Media Video

- Pembelajaran pada Materi Renang Gaya Bebas Kelas VII di MTs Sunan Kalijogo. *Patria Educational Journal (PEJ)*, 2(1), 94–105. <https://doi.org/10.28926/pej.v2i1.254>
- Salasiah, Rahmadi, & Irianto, T. (2020). Instrumen Penilaian Harian Aspek Kognitif Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Stabilitas: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(1), 25–31. <https://doi.org/10.20527/mpj.v1i1.476>
- Salsabila, D., Hartoto, S., & Arief, N. A. (2025). Penerapan Media Pembelajaran Berbasis Video Terhadap Motivasi Belajar Materi Renang. *Jurnal Porkes*, 8(2), 954–964. <https://doi.org/10.29408/porkes.v8i2.31057>
- Samar, & Ramadani, S. (2022). Efektivitas Pelayanan dalam Proses Pembelajaran di Kampus Institut Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (IISIP) Yapis Biak Samar 1 , Samsinar Ramadani 2 1,2. *Governance and Politics (JGP)*, 2, 78–88.
- Sari, P., Okra, R., Musril, H. A., & Sarwoderta. (2023). Perancangan Media Pembelajaran Animasi 3D pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MTs N 6 Agam. *Journal of Social Science Research*, 3(2), 13382–13391.
- Sedyati, R. N. (2022). Perguruan Tinggi Sebagai Agen Pendidikan dan Agen Pertumbuhan Ekonomi. *Jurnal Pendidikan Ekonomi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi, Dan Ilmu Sosial*, 16(1), 155–160. <https://doi.org/10.19184/jpe.v16i1.27957>
- Sholihah, R. A. (2020). Praktik Pembelajaran Keterampilan Berbicara Di Masa Pandemi Covid-19. *Naturalistic: Jurnal Kajian Penelitian Dan Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(1), 705–717. <https://doi.org/10.35568/naturalistic.v5i1.977>
- Sinlaeloe, A., Palinata, Y. J., Baun, A., & Selan, M. (2023). Kreativitas Permainan Dalam Pembelajaran Lari Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 28520–28527. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.11513>
- Surahman, F., & Yeni, H. O. (2019). Pengembangan Buku Ajar Mata Kuliah Renang Bagi Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. *Journal Sport Area*, 4(1), 218–229. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2019.vol4\(1\).2413](https://doi.org/10.25299/sportarea.2019.vol4(1).2413)
- Syafuruddin, M. A. (2023). Hambatan Dosen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Di Era Pembelajaran Digital. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 9(2), 273–286. <https://doi.org/10.36728/jip.v9i2.2982>
- Syahlan, M., Hanafi., Ali, A. M., & Padli. (2024). Peran Teknologi Pendidikan Terhadap Perubahan Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 380–388. <https://doi.org/10.52060/pgsd.v7i1.1673>
- Syaleh, M., Lubis, A. E., & Helmi, B. (2019). Kontribusi Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 7(1), 30–39. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i1.11>
- Tumoka, I. M. R. (2021). Kebijakan Tata Kelola Layanan di Masa Pandemi Covid-19 di Universitas Muhammadiyah Sorong. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 13(1), 1–10. <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v13i1.688>
- Widyaningsih, O., Widhanarto, G. P., & Kustiono. (2022). Penilaian Afektif Peserta Didik dalam Pembelajaran Jarak Jauh selama Pandemi Covid-19. *Lembaran Ilmu Kependidikan*, 51(1), 38–43. <https://doi.org/10.15294/lik.v51i1.35665>
- Zainudin, & Ubabuddin. (2023). Ranah Kognitif, Afektif Dan Psikomotorik Sebagai Objek Evaluasi Hasil Belajar Peserta Didik. *ILJ: Islamic Learning Journal*, 1(3), 915–931. <https://doi.org/https://jurnal.stituwjombang.ac.id/index.php/ilj/article/view/119>

7

Zulparis, Z. (2023). Cara Belajar Mahasiswa Berprestasi. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 8(2), 3303–3309.  
<https://doi.org/10.36989/didaktik.v8i2.651>