



## Pelatihan Renang dan Keselamatan Saat Berenang Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Negeri Pembina Provinsi Papua

Kurdi<sup>1</sup>, Ibrahim<sup>2\*</sup>, Saharuddin Ita<sup>3</sup>, Ipa Sari Kardi<sup>4</sup>, Yahya Eko Nopiyanto<sup>5</sup>

<sup>1234</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Cenderawasih, Papua

<sup>5</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu, Bengkulu

**Ibrahimibe616@gmail.com**

### Abstrak

Kegiatan pelatihan renang dan keselamatan renang sangat bermanfaat untuk anak berkebutuhan khusus dengan tujuan untuk mengedukasi dalam meningkatkan kompetensi dan pengetahuan terhadap keterampilan berenang dan keselamatan saat berenang, selain itu, dapat menjaga kesehatan tubuh, meningkatkan kebugaran, meningkatkan kemampuan fisik anak, menjaga keselamatan dan menunjang kesehatan mental anak. Mitra dalam kegiatan ini ialah SLB Negeri Pembina Provinsi Papua yang bersedia bekerja sama dalam menyelenggarakan pelatihan ini. Metode dalam pelatihan ini berupa ceramah atau pemaparan materi dan praktek melalui tiga tahap: 1) tahap persiapan, tim menyipkan kebutuhan pelatihan, 2) tahap pelaksanaan yaitu penyajian materi keterampilan renang (gaya bebas, gaya punggung, gaya dada dan gaya kupu-kupu). Pemaparan materi keselamatan saat berenang, dan pelaksanaan praktek, dan 3) tahap report dan present yaitu penyajian hasil pelatihan ini digunakan teknik pengumpulan data berupa angket untuk mengetahui pemahaman peserta terhadap pelatihan ini dan menyampaikan hasil pelatihan dalam bentuk laporan kepada pihak sekolah. Hasil dalam pelatihan ini, memberikan pemahaman mendalam terkait teori dan implementasi secara praktek keterampilan renang dan keselamatan saat berenang berdasarkan analisis jawaban peserta, keseluruhan peserta dapat memahami dengan baik materi pelatihan dan sebagian besar peserta dapat melakukan praktek keterampilan renang dan keselamatan saat berenang.

**Kata kunci:** Pelatihan renang, Keselamatan saat berenang, Anak disabilitas.

### Abstract

*Swimming and swimming safety training activities are very beneficial for children with special needs with the aim of educating them in increasing competence and knowledge of swimming skills and safety while swimming, besides that, being able to maintain a healthy body, improve fitness, improve children's physical abilities, maintain safety and support health child mentality. The partners in this activity are SLB Pembina Province of Papua Province who are willing to cooperate in organizing this training. The method in this training is in the form of lectures or presentation of material and practice through three stages: 1) the preparation stage, the team prepares training needs, 2) the implementation stage, namely the presentation of swimming skill material (freestyle, backstroke, breaststroke and butterfly). , presentation of safety material while swimming, and practical implementation, and 3) report and present stages, namely the presentation of the results of this training used a data collection technique in the form of a questionnaire to find out the participants' understanding of this training and convey the results of the training in the form of a report to the school. The results of this training were to provide an in-depth understanding of the theory and practical implementation of swimming skills and safety while swimming based on an analysis of participants' answers, all participants were able to understand the training material well and most participants were able to practice swimming skills and safety while swimming.*



*Keywords: Swimming Training, Swimming safety, Children with disabilities.*

## PENDAHULUAN

Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Pembina Provinsi Papua didirikan pada tanggal 1 Mei 2000, terletak di Jalan Buper Waena, kecamatan Heram, Kota Jayapura Provinsi Papua. Sekolah tersebut menghimpun 106 siswa berkebutuhan khusus (tuna grahita, tuna netra, tuna daksa, tuna rungu dan autis). Anak-anak dengan keterbatasan fisik dan mental tersebut, bukan berarti tidak dapat tampil dan bersaing dengan anak pada umumnya, SLB ini memberikan beberapa pembinaan kepada siswanya seperti pembinaan dibidang akademik, seni budaya dan sebagainya. Salah satu yang menjadi fokus pembinaan sekolah tersebut adalah dibidang olahraga, banyak siswa yang berbakat ditemukan oleh pembina di sekolah tersebut seperti siswa berbakat di cabang olahraga atletik, catur, boccia dan badminton. Dibuktikan dengan beberapa siswa yang meraih prestasi di kompetisi yang diikutinya baik regional, nasional maupun internasional.

Setelah dilakukan observasi, ditemukan bahwa pembina olahraga di sekolah tersebut menginginkan sebagian dari siswanya dapat menemukan bakat di cabang olahraga yang lain, salah satu keinginan pembina tersebut yaitu di cabang olahraga renang, namun kendalanya adalah belum ada pelatih atau pendamping yang bersedia melatih siswa di cabang olahraga renang. Sehingga ini menjadi dasar bagi kami untuk melaksanakan kegiatan pelatihan ini. Harapan dan tujuan kami, dengan terlaksananya kegiatan ini, siswa dapat menemukan bakat di cabang olahraga renang, mengetahui gerakan keterampilan dasar renang gaya bebas, gaya punggung, serta dapat mengetahui bagaimana cara menyelamatkan diri siswa ketika terjadi insiden di dalam air saat berenang atau bermain air. Adapun manfaat dari pelatihan ini, siswa dapat mengetahui teknik renang dengan baik sehingga dapat melanjutkan bakatnya dijenjang prestasi dan bisa mengikuti seleksi di tingkat NPC Kota/Kabupaten, provinsi dan tingkat nasional. Siswa dan guru juga dapat mengetahui bagaimana cara memberikan pertolongan keselamatan ketika terjadi kecelakaan atau insiden di dalam air saat beraktivitas berenang atau bermain air. Selain itu, dengan pelatihan renang dapat memberikan manfaat bagi motorik anak (Jariono et al., 2022).

Renang adalah aktivitas olahraga yang dilakukan di dalam air baik perorangan maupun beregu dengan menggunakan gaya bebas, gaya dada, gaya punggung, dan gaya kupu-kupu. Menguasai keterampilan teknik dasar renang merupakan hal yang wajib dimiliki untuk menunjang renang dengan baik dan benar (Yudha Prawira et al., 2021). Namun, untuk menguasai keterampilan renang dibutuhkan dukungan banyak faktor, seperti faktor fisik, mental, teknik, sarana dan prasarana, dan sebagainya. Menguasai keterampilan renang bukan hal yang instan karena diperlukan pembinaan dan pendampingan sejak dini. Pembinaan keterampilan renang sejak dini dapat dimulai dari klub, komunitas atau perkumpulan renang, sekolah dan pembinaan ditempat lainnya melalui proses latihan yang rutin dan terprogram (Nilawati et al.,



2022). Selain anak usia dini, pembinaan renang juga sangat dibutuhkan oleh anak berkebutuhan khusus / disabilitas, keterampilan renang untuk anak disabilitas membutuhkan pendampingan yang sangat intensif, mengingat anak disabilitas memiliki keterbatasan baik fisik, mental, dan sosial. Naumun demikian, semangat dan keinginan anak berkebutuhan khusus / disabilitas dalam menjalankan minat dan bakatnya setara dengan anak-anak pada umumnya, hal ini juga diatur dalam (UUD Sistem Pendidikan Nasional, N.D.) nomor 20 tahun 2003 Bab IV Pasal 5 ayat 2 dikemukakan bahwa, warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, intelektual dan atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus.

Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) / disabilitas merupakan istilah yang digunakan dalam dokumen peraturan berbentuk Surat Edaran dari Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah nomor 380/G/MN/tahun 2023 tentang pendidikan inklusi. Anak berkebutuhan khusus atau disabilitas merupakan anak yang memiliki keterbatasan atau memiliki karakter khusus dan kemampuan yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya, pada dasarnya tipe anak disabilitas mengalami keterbatasan fisik dan mental sejak lahir maupun disebabkan arena kegagalan atau kecelakaan pada masa tumbuh kembangnya, (Santi et al., 2016). Anak berkebutuhan khusus dalam masa perkembangannya mengalami gangguan dari segi intelektual, emosional, sosial, dan motorik sehingga dalam proses pembelajaran perlu diberikan perhatian khusus sesuai kemampuan yang dimilikinya (Haris et al., 2021).

Sehingga dalam aktivitas keseharian anak disabilitas diperlukan perhatian khusus dari orang tua, keluarga, guru, pemerintah dan sebagainya (Ika Nilawati et al., n.d. 2022). Termasuk saat beraktivitas gerak jasmani atau berolahraga sangat dibutuhkan pengawasan dari guru pendidikan jasmani seperti aktivitas pembelajaran dalam air atau berenang, keselamatan anak berkebutuhan khusus menjadi hal yang intens diperhatikan, mengingat anak-anak disabilitas memiliki keterbatasan fisik yang bisa mengganggu kesemimbangannya saat bermain air dan ditakutkan terjadi insiden. Contoh kasus banyak ditemui pada kolam renang terjadi insiden banyak anak-anak tenggelam di kolam renang karena tidak mampu menyelamatkan diri (Saiful Nurhidayat et al., 2021). Pelatihan renang dapat membantu siswa untuk membantu mengembangkan minat bakatnya terhadap olahraga renang. Keinginan dan tekad yang dimiliki anak disabilitas harus didukung oleh pihak yang terkait, orang tua, guru, pemerintah, dan tentunya pelatih yang berkompeten dapat meluangkan waktu untuk memberikan pendampingan terhadap siswa tersebut.

## **METODE**

Pelatihan renang dan keselamatan saat berenang anak berkebutuhan khusus dilaksanakan bekerja sama dengan Sekolah Luar Biasa/SLB Negeri Pembina Provinsi Papua yang berlokasi di Jalan Buper Waena, Kecamatan Heram, Kota Jayapura, Provinsi Papua, pada tanggal 17 April 2023. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 32 orang, 30 siswa dan didampingi 2 guru pendidikan jasmani.



Metode dalam kegiatan ini melalui tiga tahap, sebagai berikut: a) menyiapkan kebutuhan pelatihan seperti tempat pelaksanaan kegiatan dan materi kegiatan, b) menyusun susunan kegiatan. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk pendampingan berbasis teori (ceramah) dan praktek, c) memaparkan materi pelatihan renang (materi keterampilan renang gaya bebas, gaya punggung, gaya dada dan gaya kupu-kupu, d) memaparkan materi pelatihan keselamatan saat berenang, e) melaksanakan praktek keterampilan renang, f) melaksanakan praktek keselamatan saat berenang, g) terakhir untuk mengetahui hasil pelatihan, diberikan anget berupa pertanyaan terkait pemahaman peserta dalam mengikuti kegiatan ini, dan h) persentase hasil dalam pelatihan ini akan ditulis dalam bentuk laporan untuk diserahkan kepada pihak sekolah dan peserta.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Keterampilan renang dapat dikuasai dengan baik berkat sentuhan seorang pelatih atau pembina yang profesional, sehingga untuk mewujudkan mimpi SLB Negeri Pembina dalam mencari bibit perenang dapat terwujud. Dengan terlaksananya kegiatan pelatihan ini tentunya memberi dampak baik bagi peserta dan juga bagi sekolah. Kegiatan ini diikuti sebanyak 32 peserta, kegiatan pelatihan berupa penyajian materi dan pelaksanaan praktek renang dan keselamatan saat berenang. Hasil dari kegiatan ini dijelaskan sebagai berikut.

Tahap pertama, tim menyiapkan kebutuhan pelatihan seperti peminjaman ruangan dan menyiapkan materi untuk dibagikan ke peserta berupa modul pada hari pelaksanaan pelatihan.

Tahap pelaksanaan, memaparkan materi pelatihan pada hari pertama tanggal 17 April 2023 di ruang kelas SLB Negeri Pembina Provinsi Papua dan pelaksanaan praktek dilaksanakan pada tanggal 18 April 2023 di Kolam Renang Tirta Abe Kota Jayapura. Susunan acara pelatihan sebagai berikut.

Tabel 1. Susunan Acara Pelatihan

Hari/tanggal	Waktu	Materi Kegiatan
<b>Hari Pertama Tanggal 17 April 2023</b>	08.00 – 09.45	Pembukaan Kegiatan
	09.45 – 12.00	Materi Pengantar Kepala Sekolah SLB Negeri Pembina
	12.00 – 13.00	ISHOMA
	13.00 – 15.30	Materi Teknik Dasar Renang Gaya Bebas, Gaya Punggung, Gaya Dada dan Gaya Kupu-kupu
	15.30 – 16.30	Materi Keselamatan Saat Berenang
<b>Hari Kedua Tanggal 18 April 2023</b>	08.00 – 10.30	Praktek Renang
	10.40 – 12.30	Praktek Keselamatan Renang
	12.30 – 13.00	ISHOMA dan Penutupan



**Gambar 1.** Persiapan Pelaksanaan Kegiatan



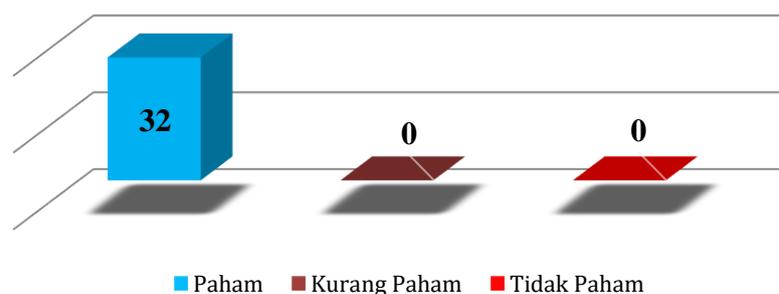
**Gambar 2.** Pelaksanaan Kegiatan Praktek



**Gambar 3.** Pelaksanaan Kegiatan Praktek

Setelah dilaksanakan pelatihan secara teori dan praktek, tim membagikan angket untuk diisi oleh peserta dengan tujuan untuk mengetahui hasil pelatihan yang telah dilaksanakan. Salah satu pertanyaan tim dalam angket tersebut ialah “Apakah anda memahami materi pelatihan renang dan keselamatan saat berenang yang telah dipaparkan?” jawaban peserta dapat dilihat pada diagram berikut.

**Diagram Pemahaman Materi**



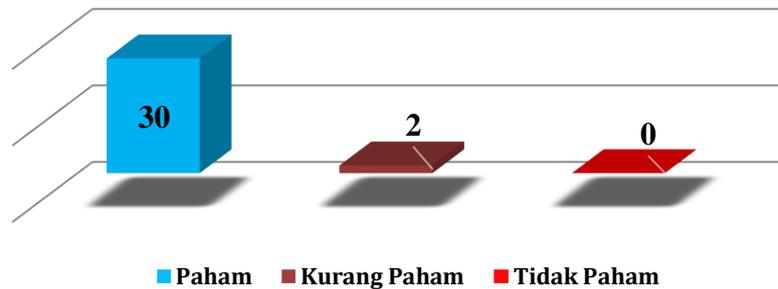
**Gambar 4.** Diagram pemahaman materi

Berdasarkan diagram tersebut dari 32 jumlah peserta yang mengikuti pelatihan, dapat memahami materi yang disampaikan, baik materi keterampilan renang maupun materi keselamatan saat berenang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keseluruhan peserta dapat memahami materi pelatihan renang dan keselamatan saat berenang dengan baik.

Selanjutnya untuk mengetahui pemahaman peserta terhadap pelaksanaan praktek keterampilan renang dan keselamatan saat berenang dapat dilihat pada diagram berikut



Diagram Pemahaman Praktek



**Gambar 5.** Diagram Pemahaman Praktek

Berdasarkan diagram tersebut dijelaskan bahwa dari 32 jumlah peserta yang mengikuti pelatihan praktek, terdapat 30 peserta dapat melaksanakan praktek, 2 peserta kurang memahami dengan alasan kedua peserta tersebut siswa dengan kategori tuna netra, sehingga pelaksanaan praktek saat dikolam kurang maksimal. Namun dapat disimpulkan sebagian besar jumlah peserta dapat melakukan praktek renang dan keselamatan berenang. Kegiatan serupa yang dilakukan oleh (Sakti Rumpoko et al., n.d. 2022), bahwa kegiatan pelatihan renang dengan keselamatan renang memberikan hasil yang baik terhadap peserta dan berguna bagi guru, pelatih maupun masyarakat umum.

## SIMPULAN

Pelatihan renang dan keselamatan berenang anak berkebutuhan khusus yang diselenggarakan dari tim pelatihan bekerja sama dengan SLB Negeri Pembina Provinsi Papua telah selesai. Peserta yang mengikuti kegiatan pelatihan tersebut dapat memahami dengan baik materi yang disampaikan serta pelaksanaan praktek dapat diikuti dengan antusias. Diharapkan pelatihan renang yang serupa dapat dilaksanakan secara rutin untuk mengembangkan pengetahuan siswa yang telah dipahaminya. Sehingga siswa yang berbakat di cabang olahraga renang bisa beralih ke olahraga prestasi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Kepala Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Pembinaan Provinsi Papua yang bersedia bermitra dengan tim, sehingga kegiatan ini dapat berlangsung dengan baik. Secara khusus kami juga menyampaikan trimakasih kepada peserta yang telah meluangkan waktunya dalam mengikuti kegiatan pelatihan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Haris, F., Taufan, J., & Nelson, S. (2021). Peran Guru Olahraga bagi Perkembangan Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3883–3891. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1469>.



- Jariono, G., Subekti, N., Sistiasih, V. S., Fatoni, M., Sudarmanto, E., Indarto, P., Nurhidayat, N., Yudha Pradana, M. D., Sundoro, A. S., Bayu Kristiyadi, D. A., Mei Minawati, D. E., Destiana, A. A., Wulandari, W., Muhammad, R., Putra, G. B., Nyatara, S. D., & Marganingrum, T. (2022). PKM Pelatihan Kemampuan Motorik Anak Usia Dini Melalui Olahraga Renang. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 20(1), 190–198. <https://doi.org/10.33369/dr.v20i1.21963>
- Nilawati, I., Amin, N., Putri, R. A., & Wardani, A. K. (2022). Pelatihan Pelatih Renang Tentang Keselamatan Berenang Anak Penyandang Disabilitas di Klub Tirta Gemilang Semarang. In *Indonesian Journal Of Community Empowerment (IJCE) Fakultas Ilmu Kesehatan* (Vol. 4).
- Saiful Nurhidayat, O., Andarmoyo, S., Widiyati, W., Fithriyatul, A., Isro, L., & Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, F. (2021). Index.Php/J-Abdi Komunitas Renang Ponorogo Dalam Mencegah Kegawatan Di Kolam Renang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2). [Http://Bajangjournal.Com/](http://Bajangjournal.Com/)
- Sakti Rumpoko, S., Srianto, W., Nugroho, U., Anum Alhasqur, I., Jasmani, P., & Tunas Pembangunan Surakarta, U. (N.D.). Pelatihan Renang Keselamatan Bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. In *Proficio: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 3).
- Santi, D. G., Soegiyanto, W. \*, Prodi, N., Olahraga, P., & Semarang, N. (2016). *Journal Of Physical Education And Sport*. [Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Jpes](http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Jpes)  
*Uud Sistem Pendidikan Nasional*. (N.D.).
- Yudha Prawira, A., Prabowo, E., & Febrianto, F. (2021). Model Pembelajaran Olahraga Renang Anak Usia Dini: Literature Review. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(2), 300–308. <https://Doi.Org/10.31949/Educatio.V7i2.995>