



PENGENALAN TEKNIK DASAR RENANG BAGI ANAK USIA DINI DI KOTA MAKASSAR UNTUK MENINGKATKAN KESELAMATAN DI AIR

Emayanti Anggraeni¹, Wanda Agustina², Mukharrar Fadji³, Sandrorium⁴, Oktrin Duwit⁵

^{1,3,4,5} Universitas Muhammadiyah Sorong, ² Universitas Negeri Makassar.

Email : emayanti@um-sorong.ac.id¹,
wandaagustina28@gmail.com²,
mukharrarfadji1@gmail.com³,

Abstrak	Info Artikel
<p>Tingginya angka kecelakaan didalam air dan kasus tenggelam pada Anak Usia Dini menunjukkan perlunya pembekalan keterampilan keselamatan sejak dini, khususnya melalui pengenalan teknik dasar renang. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dasar berenang dan pemahaman keselamatan air pada Anak Usia Dini. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif dan praktik langsung selama 5 hari, melibatkan 10 peserta dari kelas TK – 3 SD. Materi yang diberikan mencakup teknik mengapung, gerakan kaki, koordinasi gerakan tangan dan kaki, pernapasan dalam air, serta simulasi penyelamatan diri. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 70% peserta mampu mengapung, 80% menggerakkan kaki dengan baik, Koordinasi Tangan dan Kaki 60%, Teknik Pernafasan 50% dan 90% memahami langkah-langkah keselamatan di air. Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan berenang dasar dan kesiapsiagaan anak terhadap risiko tenggelam. Dengan demikian, kegiatan ini direkomendasikan untuk diterapkan secara luas di lingkungan sekolah dasar, terutama di wilayah rawan air terbuka.</p>	<p>Diajukan : 26-04-2025 Diterima : 15-06-2025 Diterbitkan : 01-07-2025</p> <p>Kata kunci: <i>Digital marketing, pelatihan, remaja, pengabdian masyarakat, transformasi digital</i></p>
<p>Abstract</p> <p><i>Digital transformation has revolutionized the way businesses interact with consumers, opening up new opportunities for faster, more scalable, and more cost-effective digital marketing. However, the main challenge today is the low level of understanding and skills in digital marketing among young people, especially those preparing to enter the workforce or start a business. This community service activity aims to improve digital marketing literacy and competence through practice-based training for young people aged 17 to 23 years. The training was held on February 7, 2025 at Playground Workspace, Makassar, with a participatory approach and direct application of modern digital marketing concepts. Evaluation was carried out through pre-tests and post-tests as well as observations of participant engagement. The results showed a significant increase in the level of understanding, from an average of 52% to 86% after training. These findings reinforce the importance of integrating practice-based educational approaches and technology in empowering the younger generation to face the challenges of the digital economy.</i></p>	<p>Keywords: <i>Digital marketing, training, young people, community service, digital transformation</i></p>
<p>Cara mensitasi artikel: Anggraeni, E., Agustina, W., Fadji, M., Sandrorium, S., & Duwit, O. (2025). Pengenalan Teknik Dasar Renang Bagi Anak Usia Dini Di Kota Makassar Untuk Meningkatkan Keselamatan Di Air. <i>IJCD: Indonesian Journal of Community Dedication</i>, 3(2), 294–300. https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJCD</p>	

PENDAHULUAN

Pendidikan menjadi salah satu proses terpenting dalam kehidupan masing-masing individu yang memiliki fungsi serta peran penting dalam pembentukan suatu negara. pelajaran olahraga adalah bagian dari pelatihan, proses pelatihan olahraga untuk generasi siswa berikutnya sangat diperlukan (Nugraha, 2015). Pelatihan utama dan pelatihan awal harus diberikan lebih awal yaitu Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pada anak.

Renang merupakan aktivitas air dengan banyak macam gaya yang sudah dikenalkan sejak lama dan banyak memberi manfaat kepada manusia (Yudha Prawira et al., 2021). Renang juga merupakan salah satu olahraga yang perlu memiliki keyakinan dan keberanian dalam air, yang dapat membantu dalam keselamatan di air.

Keselamatan di air merupakan masalah masyarakat yang penting, terutama bagi anak-anak usia sekolah dasar. Data dari Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (CDC) menunjukkan bahwa tenggelam merupakan penyebab utama kematian tidak disengaja pada anak-anak usia 1-4 tahun, dan penyebab kedua pada anak-anak usia 5-14 tahun. Hal ini diperparah dengan kurangnya pendidikan formal dalam keterampilan berenang dan keamanan air pada kelompok usia ini (Green et al., 2015).

Pengenalan teknik renang dasar pada usia yang lebih muda telah terbukti efektif dalam mengurangi risiko drowsing. Program-program seperti Swimsafe di Bangladesh mampu mengurangi angka kematian lebih dari 90% anak-anak yang berpartisipasi dalam berenang dan kepuasan diri yang dimiliki (Robinson et al., 2013). Ini menunjukkan bahwa intervensi terstruktur untuk pelatihan renang dapat memiliki dampak yang signifikan pada keamanan anak-anak di lingkungan akuatik (Vesely et al., 2016).

Program pelatihan renang yang terstruktur dan disesuaikan dengan usia anak dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka di air serta membentuk kebiasaan keselamatan yang baik sejak dini. Hal ini juga dapat mengurangi ketergantungan pada alat bantu apung yang tidak selalu dapat diandalkan. Selain itu, latihan renang dapat memperkuat hubungan sosial dan emosional anak, karena mereka belajar bekerja sama dan saling mendukung dalam kelompok. Kegiatan ini juga dapat menjadi sarana untuk mengajarkan nilai-nilai seperti disiplin, keberanian, dan tanggung jawab.

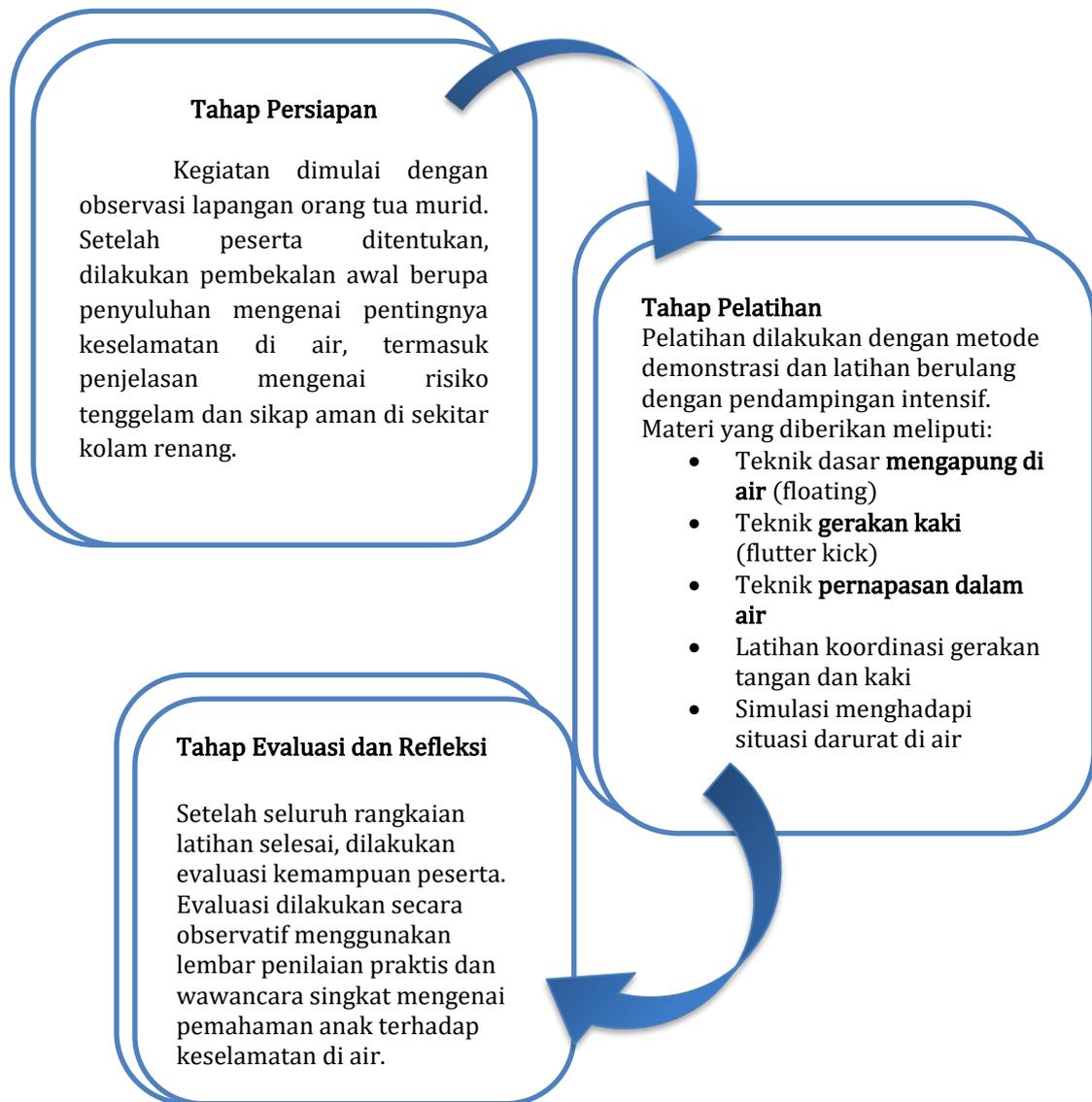
Namun, akses terhadap pelatihan renang formal masih menjadi tantangan di berbagai wilayah, terutama di komunitas dengan sumber daya terbatas. Keterbatasan fasilitas, biaya, dan kurangnya instruktur terlatih seringkali menjadi penghalang utama. Oleh karena itu, diperlukan inisiatif pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk memperkenalkan teknik dasar renang kepada anak-anak sekolah dasar, guna meningkatkan kesadaran dan kemampuan mereka dalam menjaga keselamatan diri saat berada di air.

Dengan mempertimbangkan faktor-faktor tersebut, pengabdian kepada masyarakat melalui pengenalan teknik dasar renang bagi anak sekolah dasar menjadi sangat relevan dan penting. Program ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan keselamatan di air dan membekali anak-anak dengan keterampilan yang dapat menyelamatkan nyawa mereka di masa depan.

METODE

Penulis Tiny Fins Swimming sebagai lokasi pengabdian. Tiny Fins Swimming Merupakan salah satu tempat belajar renang, baik secara individu (private) ataupun

kelompok dari beberapa sekolah yang berkeinginan belajar renang. Tiny Fins Swimming terletak di kota Makassar, Sulawesi Selatan. Adapun beberapa tahapan yang kami lakukan saat melakukan kegiatan yaitu :



Gambar 1. Metode Pelaksanaan

Tahap Perencanaan

Tahapan awal difokuskan pada perencanaan, koordinasi, dan persiapan teknis kegiatan. Yaitu :

1. Sosialisasi kepada Orang Tua:
Mengundang orang tua peserta untuk mendapatkan persetujuan serta memberikan edukasi singkat tentang pentingnya penguasaan teknik dasar renang bagi keselamatan anak.
2. Pendaftaran dan Seleksi Peserta:
Peserta dipilih dari siswa kelas TK – 2 SD yang belum mengikuti pelatihan renang secara formal sebelumnya. Total peserta: 10 siswa.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan inti berlangsung selama 5 hari, dengan rincian sebagai berikut:

Hari Ke-1 yaitu Pengenalan lingkungan air dan keselamatan, Adaptasi air, bermain air, cara masuk dan keluar kolam dengan aman, Hari Ke-2 mulai melakukan Latihan Teknik Pernafasan dalam Air, berupa Latihan meniup air, bernapas di permukaan, dan mengangkat kepala dari dalam air. Hari Ke-3 yaitu Teknik Mengapung Mengapung terlentang dan telungkup, latihan relaksasi di air. Hari Ke-4 Teknik gerakan kaki dan tangan Flutter kick, sculling, kombinasi tangan dan kaki dengan pelampung dan Hari Ke-5 Simulasi dan evaluasi keseluruhan, Latihan renang jarak pendek, situasi darurat, meminta bantuan, refleksi kelompok

Tahap Evaluasi

Tahap Evaluasi dilakukan pada Hari Ke-5 yang Dimana peserta akan melakukan Latihan secara mandiri dan praktik renang sejauh 2-5 meter dan akan dibagi menjadi dua bagian:

1. Evaluasi Praktik Renang:
Menggunakan lembar observasi dengan kriteria:
 - a) Kemampuan mengapung mandiri (durasi minimal 10 detik)
 - b) Kemampuan melakukan gerakan kaki dan tangan (koordinasi dasar)
 - c) Kemampuan bernapas di air tanpa panik
 - d) Jarak tempuh renang mandiri di kolam dangkal (2-5 meter)
2. Evaluasi Pemahaman Keselamatan Air:
Dilakukan melalui kuis interaktif (tanya jawab) untuk mengukur:
 - a) Pemahaman tentang bahaya di sekitar air
 - b) Cara menyelamatkan diri saat kesulitan di air
 - c) Kapan dan kepada siapa harus meminta pertolongan
3. Tahap Refleksi dan Tindak Lanjut
Pada akhir program akan dilakukan refleksi dan Tindak Lanjut dari kegiatan ini:
 - a) Dilakukan refleksi bersama antara peserta, orang tua, dan fasilitator.
 - b) Tim pelaksana memberikan laporan kepada Orang Tua dan menyarankan agar program ini diintegrasikan sebagai bagian dari kegiatan ekstrakurikuler rutin kepada masing-masing sekolah.
 - c) Disusun dokumentasi dan laporan akhir untuk keperluan publikasi serta laporan ke mitra/pihak pendukung.



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

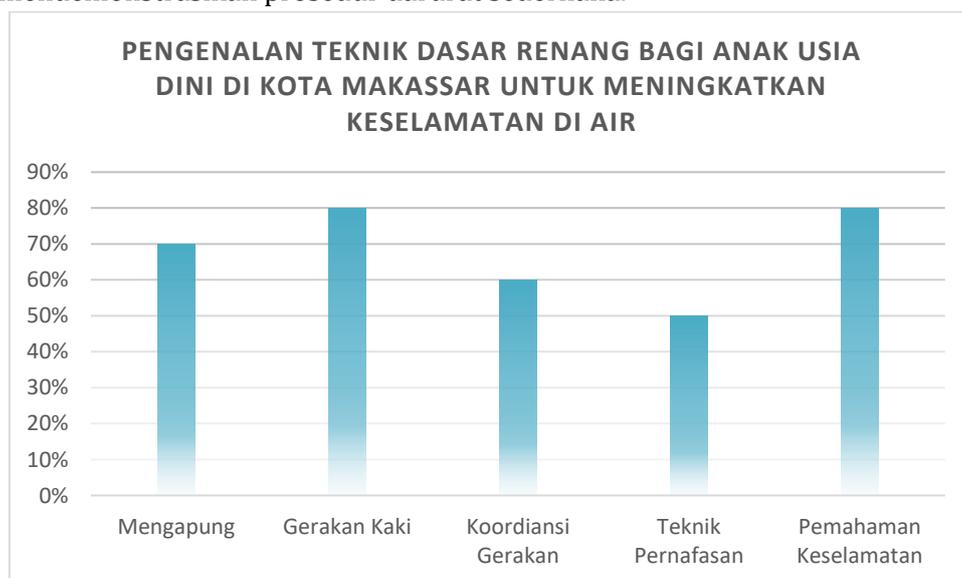
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan teknik dasar renang diikuti oleh 10 Siswa TK – 2 SD. Setiap peserta dinilai berdasarkan lima aspek keterampilan dasar yang menjadi indikator keberhasilan program, yaitu: kemampuan mengapung, gerakan kaki, koordinasi gerakan tangan dan kaki, teknik pernapasan, dan pemahaman terhadap langkah penyelamatan diri di air.

No	Aspek yang Dinilai	Kriteria Keberhasilan	Jumlah Peserta Mampu (dari 10)
1	Mampu mengapung di air (floating)	Bertahan mengapung ≥ 10 detik tanpa alat bantu	7
2	Menggerakkan kaki dengan benar	Gerakan kaki ritmis, lurus, tanpa menyentuh dasar kolam	8
3	Koordinasi tangan dan kaki	Dapat bergerak maju di air minimal 2 meter	6
4	Teknik pernapasan dalam air	Dapat bernapas dengan pola masuk mulut – keluar hidung	5
5	Memahami langkah penyelamatan diri di air	Menjawab dan mendemonstrasikan simulasi darurat	8

Berdasarkan Hasil 5 Indikator Penilaian bahwa beberapa siswa yang melakukan tes evaluasi dan tindak lanjut jika di persentasikan yaitu :

1. Mengapung (Floating): Sebanyak 70% peserta dapat mengapung di air selama minimal 10 detik. Ini menunjukkan peningkatan signifikan dari kondisi awal di mana mayoritas peserta belum terbiasa dengan teknik ini.
2. Gerakan Kaki: Hampir seluruh peserta (80%) mampu menggerakkan kaki secara mandiri dan ritmis.
3. Koordinasi Tangan dan Kaki: Sebanyak 60% peserta mampu menggabungkan gerakan kaki dan tangan secara serempak.
4. Teknik Pernapasan: 50% peserta mampu mengatur pernapasan dalam air secara tepat.
5. Pemahaman Langkah Penyelamatan diri di Air : 80% peserta dapat menjawab dan mendemonstrasikan prosedur darurat sederhana.



Gambar 3. Persentasi Hasil Kegiatan

Dari perbandingan Grafik di atas menunjukkan capaian masing-masing keterampilan. Mayoritas peserta menunjukkan kemampuan yang baik dalam aspek praktis dasar, terutama yang tidak memerlukan kontrol pernapasan kompleks. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa anak usia dini (Wright, 2022) memiliki kemampuan untuk mempelajari teknik dasar renang dengan cepat apabila diberikan pendekatan yang tepat dan lingkungan yang aman. Kegiatan pembelajaran yang berbasis praktik langsung di air membantu anak memahami prinsip dasar renang seperti mengapung, bernapas, dan koordinasi gerakan. Dengan bimbingan intensif dan penggunaan alat bantu yang tepat, sebagian besar peserta mampu mengatasi rasa takut awalnya terhadap air dan menunjukkan perkembangan keterampilan yang signifikan dalam waktu singkat yang dapat mengurangi resiko tenggelam (Langendorfer, 2019).

Selain keterampilan fisik, pelatihan ini juga meningkatkan pemahaman anak tentang keselamatan didalam air dan bagaimana bersikap dalam situasi darurat. Pengetahuan ini sangat penting karena anak-anak sering berada di lingkungan perairan tanpa pengawasan penuh orang tua, terutama di daerah yang banyak terdapat sumber air terbuka seperti sungai atau danau. Program pendidikan keselamatan di dalam air yang terstruktur dapat membentuk respon keselamatan yang lebih reflektif dan efektif pada anak usia dini (Maple et al., 2018; Schwarzman et al., 2020). Pelatihan ini merupakan salah satu bentuk pencegahan yang penting dalam mengurangi angka kecelakaan di air, sejalan dengan hasil penelitian (Petrass & Blitvich, 2014) yang menyatakan bahwa pelatihan keterampilan dasar berenang yang dikombinasikan dengan pendidikan keselamatan didalam air terbukti sangat efektif dalam membentuk kesiapsiagaan anak jika terjadi risiko tenggelam.

KESIMPULAN

Kegiatan ini berhasil memberikan dampak positif dalam meningkatkan keterampilan dasar renang dan kesadaran keselamatan didalam air bagi Anak Usia Dini. Melalui pendekatan pembelajaran yang menyenangkan, bertahap, dan penuh pendampingan, mayoritas peserta mampu menguasai keterampilan seperti mengapung, menggerakkan kaki dan tangan secara terkoordinasi, serta memahami teknik pernapasan dan respons cepat terhadap situasi darurat di air. Pengenalan teknik dasar renang sejak dini terbukti tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik anak dalam berenang, tetapi juga dapat membentuk sikap waspada, percaya diri, dan kesiapsiagaan terhadap risiko tenggelam.

DAFTAR PUSTAKA

- Green, R. F., David Dotson, W., Bowen, S., Kolor, K., & Khoury, M. J. (2015). Genomics in public health: Perspective from the office of public health genomics at the centers for disease control and prevention (cdc). In *Healthcare (Switzerland)* (Vol. 3, Issue 3). <https://doi.org/10.3390/healthcare3030830>
- Langendorfer, S. J. (2019). Self-agency and Swimming: Letting babies be your teachers. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 11(3). <https://doi.org/10.25035/ijare.11.03.01>
- Maple, M., Wayland, S., Pearce, T., & Hua, P. (2018). Programs and services for suicide prevention. *Sax Institute Evidence Check*.

- Nugraha, B. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1).
<https://doi.org/10.21831/jpa.v4i1.12344>
- Petrass, L. A., & Blitvich, J. D. (2014). Preventing adolescent drowning: Understanding water safety knowledge, attitudes and swimming ability. the effect of a short water safety intervention. *Accident Analysis and Prevention*, 70.
<https://doi.org/10.1016/j.aap.2014.04.006>
- Robinson, C. L. K., Hrynyk, D., Barrie, J. V., & Schweigert, J. (2013). Identifying subtidal burying habitat of pacific sand lance (*ammodytes hexapterus*) in the strait of georgia, british columbia, canada. *Progress in Oceanography*, 115.
<https://doi.org/10.1016/j.pocean.2013.05.029>
- Schwarzman, J., Nau, T., Bauman, A., Gabbe, B. J., Rissel, C., Shilton, T., & Smith, B. J. (2020). An assessment of program evaluation methods and quality in Australian prevention agencies. *Health Promotion Journal of Australia*, 31(3).
<https://doi.org/10.1002/hpja.287>
- Vesely, J. M., Pronk, N. P., Kottke, T. E., & Marshall, P. S. (2016). Obesity Treatment at HealthPartners: Adaptation of Clinical Guidelines into Systems for Practice Operations. In *Current obesity reports* (Vol. 5, Issue 3).
<https://doi.org/10.1007/s13679-016-0220-0>
- Wright, D. (2022). To sell or not to sell? – letting your early years baby go. *Early Years Educator*, 23(16). <https://doi.org/10.12968/eyed.2022.23.16.29>
- Yudha Prawira, A., Prabowo, E., & Febrianto, F. (2021). Model Pembelajaran Olahraga Renang Anak Usia Dini: Literature Review. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(2).
<https://doi.org/10.31949/educatio.v7i2.995>