

## **Pelatihan Pelatih Renang Tentang Keselamatan Berenang Anak Penyandang Disabilitas di Klub Tirta Gemilang Semarang**

Ika Nilawati<sup>1</sup>, Nur Amin<sup>2</sup>, Risma Aliviani Putri<sup>3</sup>, Atika Kurnia Wardani<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Ngudi Waluyo

Email Korespondensi :ikanilawati@unw.ac.id

### **ABSTRAK**

Aktivitas olahraga renang antara lain adalah untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran tubuh, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, untuk membentuk kemampuan fisik seperti daya tahan, kekuatan otot serta bermanfaat pula bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik anak, untuk sarana pendidikan, rekreasi, rehabilitasi serta prestasi. Olahraga renang merupakan salah satu olahraga pilihan untuk rehabilitasi kelainan fisik. Warga Negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, intelaktual dan atau sosial berhak memperoleh pendidikan dan kesempatan yang sama untuk berkembang sebagaimana anak-anak lainnya, anak-anak penyandang disabilitas berpotensi untuk menjalani kehidupan secara penuh dan berkontribusi pada masyarakat. Tujuan kegiatan Pengabdian ini adalah memberikan kompetensi melatih untuk mengatasi kesulitan pelatih di Klub Renang Tirta Gemilang Semarang dalam melatih anak berkebutuhan khusus atau anak disabilitas. Target yang ingin dicapai dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah meningkatkan kompetensi pelatih dalam pengetahuan dan kemampuan pelatih renang dalam teknik keselamatan berenang bagi anak berkebutuhan khusus atau anak disabilitas. Metode kegiatan ini berupa pelatihan kepada para pelatih klub renang Tirta Gemilang Semarang. Pelatih renang diberikan materi teori, praktek langsung. Metode Pengabdian kepada Masyarakat ini dengan pemaparan materi, tanya jawab, diskusi, Pelatihan dilaksanakan sebanyak 2 kali secara teori dan praktek, hal ini dilakukan agar peserta tidak hanya sekedar memahami teorinya saja, akan tetapi akan mendapat bimbingan dalam melatih langsung di kolam renang dengan baik dan benar.

**Kata Kunci:** Pelatih, Keselamatan, Renang, Disabilitas

### **ABSTRACT**

*Swimming sports activities, among others, are to maintain and improve body fitness, maintain body health, for personal safety, to form physical abilities such as endurance, muscle strength and are also beneficial for children's physical development and growth, for education, recreation, rehabilitation and achievement facilities. Swimming is one of the sports of choice for rehabilitation of physical disorders. Citizens who have physical, emotional, intellectual and or social disabilities have the right to obtain education and the same opportunities to develop as other children, children with disabilities have the potential to live life to the fullest and contribute to society. The purpose of this service activity is to provide training competencies to overcome the difficulties of trainers at the Tirta Gemilang Swimming Club Semarang in training children with special needs or children with disabilities. The target to be achieved in this Community Service is to increase the competence of trainers in the knowledge and ability of swimming coaches in swimming safety techniques for children with special needs or children with disabilities. The method of this activity is in the form of training for swimming club coaches at Tirta Gemilang Semarang. Swimming coaches are given theoretical material, hands-on practice. This Community Service Method with material presentation, question and answer, discussion, training was carried out 2 times in theory and practice, this was done so that participants not only understood the theory, but also received guidance in training directly in the swimming pool properly and correctly*

**Keyword:** Coach, Safety, Swimming, Disability

### **1. PENDAHULUAN**

Menurut Agus dan Lismadiana (2013) manfaat yang ada pada aktivitas olahraga renang antara lain adalah untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran tubuh, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, untuk membentuk kemampuan fisik seperti daya tahan, kekuatan otot serta bermanfaat pula bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik anak, untuk sarana pendidikan, rekreasi, rehabilitasi serta prestasi. Dalam meraih prestasi renang didukung oleh banyak faktor, diantaranya faktor fisik, teknik, psikis, dan lain sebagainya. Prestasi renang tidak dapat diperoleh secara instan,

karena perlu pembinaan yang tepat sejak dini. Pembinaan renang sejak dini dapat dimulai melalui perkumpulan renang atau melalui sekolah. Selain berlatih, seorang calon atlet juga perlu mengikuti perlombaan renang yang sering dikemas dalam sebuah kejuaraan renang antar sekolah maupun antar perkumpulan. Menurut UU Sistem Pendidikan Nasional (SPN) no. 20 tahun 2003 Bab IV Pasal 5 ayat 2 dinyatakan bahwa warga Negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, intelektual dan atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus. Dengan kurangnya pendidikan seseorang mengenai pengetahuan, keterampilan ternyata bisa membuat seseorang tersebut akan kesulitan untuk menempatkan diri dan mengekspresikan diri. Anak penyandang disabilitas merupakan seorang yang memiliki makanan, nyanyian, atau permainan yang sama dengan anak-anak pada umumnya, anak-anak yang memiliki mimpi dan keinginan yang akan dipenuhi, bahkan anak penyandang disabilitas yang memiliki hak yang sama dengan anak-anak lainnya. Dengan diberikan kesempatan yang sama untuk berkembang sebagaimana anak-anak lainnya, anak-anak penyandang disabilitas berpotensi untuk menjalani kehidupan secara penuh dan berkontribusi pada masyarakat. Namun untuk tumbuh dan berkembang bisa menjadi kesulitan bagi anak-anak penyandang disabilitas tersebut. Anak penyandang disabilitas memiliki ketidakberuntungan yang sama, sehingga harus menghadapi tantangan-tantangan lain akibat ketidakmampuan dan berbagai rintangan yang dihadirkan oleh masyarakat. Anak-anak yang hidup dalam kemiskinan mempunyai kemungkinan kecil untuk memperoleh pendidikan, tapi anak-anak yang hidup dalam kemiskinan dan memiliki disabilitas memiliki kemungkinan yang lebih kecil lagi untuk bisa memperoleh kesempatan itu. Anak-anak penyandang disabilitas menghadapi berbagai bentuk pengucilan dan itu dapat mempengaruhi kesempatan untuk berkembang seperti anak-anak pada umumnya. Anak-anak penyandang disabilitas seringkali dianggap rendah, dan ini menyebabkan anak-anak tersebut menjadi lebih rentan. Diskriminasi karena disabilitas berujung pada marginalisasi dari sumber daya dan pembuatan keputusan, dan bahkan pada kematian anak. Partisipasi dalam kegiatan-kegiatan sosial dapat membantu mempromosikan pandangan yang positif tentang disabilitas. Melalui olahraga misalnya, bisa membantu mengatasi banyak prasangka-prasangka sosial. Melihat anak bisa mengatasi rintangan fisik dan psikologis untuk berpartisipasi dalam olahraga akan bisa memberikan inspirasi dan bisa meningkatkan penghormatan sehingga anak penyandang disabilitas tidak merasa rendah diri.

Pendidikan inklusif merupakan sebuah strategi yang bertujuan untuk mengurangi, bahkan menghilangkan Batasan atau hambatan dalam mengakses Pendidikan bagi anak penyandang disabilitas. Selama ini sering kali anak penyandang disabilitas mengalami penolakan ketika mendaftar di sekolah umum, dan diminta untuk bersekolah di Sekolah Luar Biasa. Alasan yang sering kali disampaikan pihak sekolah adalah keterbatasan tenaga pendidik serta sarana dan prasarana (Ulfah, 2014).

Dalam UU Nomor 3 tahun 2005, tentang Sistem Keolahragaan Nasional membagi ruang lingkup olahraga menjadi tiga jenis, yaitu: 1) olahraga pendidikan, 2) olahraga rekreasi, 3) olahraga prestasi.

Agus dan Lismadiana (2013) cabang olahraga renang merupakan kegiatan olahraga yang dilakukan baik oleh putra maupun putri yang dilakukan secara individual maupun beregu, terdiri dari empat gaya (gaya bebas, gaya punggung, gaya dada, gaya kupu-kupu) yang diperlombakan dalam setiap perlombaan baik itu nasional, regional maupun internasional, terdiri atas 40 nomor perlombaan yang terdiri dari 20 nomor untuk putra dan 20 nomor untuk putri.

Adapun siswa non berkebutuhan khusus. Seorang guru diharapkan dapat memberikan kehidupan kelas agar menjadi lebih hangat dan padawaktu yang bersamaan dapat memberikan pemahaman kepada murid yang lain untuk dapat saling berinteraksi (Syafri dan Ariani, 2013)

## **2. PERMASALAHAN MITRA**

Berdasarkan analisis situasi yang telah dilakukan, dapat diketahui beberapa permasalahan yang dapat diambil, yaitu: Pengurus dan pelatih belum mengetahui tentang penanganan dan keselamatan berenang pada anak penyandang disabilitas. Faktor-faktor tersebut merupakan faktor yang dapat menunjang kemajuan Klub. Meningkatnya kepedulian masyarakat mengenai anak penyandang disabilitas. Berdasarkan fakta tersebut, menyebabkan berbagai klub olahraga mendapat perhatian lebih dari masyarakat yang ingin bergabung dengan cabang olahraga tertentu, salah satunya adalah cabang olahraga renang. Ketertarikan masyarakat dengan cabang olahraga renang tidak hanya sebagai wadah mencapai prestasi dan pencarian bibit berpotensi sebagai calon atlet renang, dan merupakan salah satu cara terapi untuk anak penyandang disabilitas.

### 3. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di Klub Tirta Gemilang Semarang dengan metode pelaksanaan pemberian pelatihan pelatih tentang keselamatan berenang bagi anak penyandang disabilitas dengan pelaksanaan aktivitas fisik berupa teknik dasar berenang, teknik keselamatan bagi anak disabilitas dan Pendidikan tentang tumbuh kembang anak dan anak disabilitas. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner.

### 4. PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 25 September 2021. Kegiatan ini dimulai dengan presensi peserta pelatihan, kemudian acara dilanjutkan dengan materi dasar tentang tumbuh kembang anak kemudian dilanjutkan dengan pelatihan pelatih tentang keselamatan berenang bagi anak penyandang disabilitas. Dengan target pelatih renang dan anak disabilitas. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pelatihan kepada para pelatihan klub renang Tirta Gemilang Semarang pada khususnya pelatih mampu melatih anak disabilitas. Dengan pendekatan adaptasi sesuai kekurangan masing-masing pada anak disabilitas yang tergabung dalam perkumpulan renang maupun di sekolah-sekolah luar biasa.

Langkah awal yang itu memberikan materi teori maupun praktek, kemudian para peserta pelatihan mencoba praktek langsung melatih anak penyandang disabilitas. Tujuan dari praktek ini agar semua peserta pelatih memiliki pengalaman langsung melatih renang pada anak penyandang disabilitas. Pelatihan pelatih renang dalam program pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan solusi dari permasalahan Klub Tirta Gemilang Semarang dalam memberikan pelayanan kepada anak penyandang disabilitas khususnya pada latihan renang bagi anak disabilitas yang selama ini kurang maksimal.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi peserta pelatihan berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis Kelamin	Frek	Prosentase
1	Laki-Laki	9	60%
2	Perempuan	6	40%
Total		15	100%

Berdasarkan table 1 dapat disimpulkan bahwa peserta diikuti oleh 15 pelatih renang Klub Tirta Gemilang Semarang terdiri dari 9 Laki-laki dan 6 Perempuan. Berdasarkan karakteristik pelatih nantinya dapat diketahui sejauh mana pengetahuan dan daya tanggap pelatih dalam menerima informasi yang dapat diperoleh. Berikut merupakan hasil pre-test dari pengetahuan pelatih tentang keselamatan berenang bagi anak disabilitas.

Tabel 2. Frekuensi Pengetahuan pelatih sebelum diberikan pelatihan

Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
Baik	3	20%
Cukup	4	26,7%
Kurang	8	53,3%
Jumlah	15	100%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa pengetahuan pelatih renang tentang keselamatan berenang bagi anak disabilitas sebelum diberi penyuluhan yaitu sebagian besar berpengetahuan kurang (53,3%) cukup (26,7%) dan sebagian kecil responden berpengetahuan baik (20%). Setelah dilakukan Pre-test maka kegiatan dilanjutkan dengan pemberian pelatihan tentang keselamatan berenang bagi anak disabilitas dan sesudahnya diberikan kuesioner kembali untuk dapat mengetahui sejauh pelatih dapat menerima informasi yang diberikan. Berikut merupakan hasil post-test pengetahuan pelatih renang tentang keselamatan berenang anak disabilitas.

Tabel 3. Frekuensi Pengetahuan pelatih setelah diberikan pelatihan

Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
Baik	9	60%
Cukup	4	26,7%
Kurang	2	13,3%
Jumlah	15	100%

Berdasarkan table 3 diketahui bahwa pengetahuan tentang keselamatan berenang bagi anak disabilitas sesudah diberikan penyuluhan yaitu sebagian besar berpengetahuan baik (60%), pengetahuan cukup (26.7%) dan sebagian kecil responden berpengetahuan kurang (13,3%).

## **5. KESIMPULAN**

Adapun kesimpulan dalam pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dimilikinya kompetensi pelatih di Klub Tirta Gemilang Semarang. Pelaksanaan pelatihan keselamatan bagi anak penyandang disabilitas telah terlaksana dengan baik. Melalui pelatihan, diharapkan KlubTirta Gemilang Semarang telah memiliki SDM yang berkompeten menjadi tim pelatih renang bagi anak penyandang disabilitas. Selain itu, Klub Tirta Gemilang Semarang dapat memberikan pelayanan atau jasa pelatihan olahraga renang lebih baik kepada para penyandang disabilitas.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kami sampaikan kepada:

- a. Kepada Universitas Ngudi Waluyo yang memberikan kesempatan mengadakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat
- b. LPPM Univesitas Ngudo Waluyo yang memfasilitasi
- c. Klub Tirta Gemilang Semarang sebagai tempat pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Agus Supriyanto & Lismadiana. (2013). Penggunaan metode hipnoterapy untuk meningkatkan konsentrasi start dalam renang. *Jurnal Iptek Olahraga*. Volume 15, nomor 2. Jakarta: Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.

Anton, Adiwiyoto. (2001). *Melatih Anak Bertanggung Jawab*. Jakarta: Mitra Utama.

Astati, M. (2010). *Pendidikan Anak Tuna Grahita*. Bandung: CV. Catur Karya Mandiri.

Dumadi, Dwijowinoto, dan Kasiyo. (1992). *Renang Materi Metode Penilaian*. Jakarta: Depdikbud

Haller, David. (2007). *Belajar Berenang*. Bandung: Pionir Jaya

Hendromartono, Soejoko.(1992). *Olahraga Pilihan Renang*.Jakarta: Depdikbud

Mengajar Pembelajaran-Pendidikan-Jasmani/ Diakses Oleh Edi Frananta Syahputra

Syafrida Elisa dan Aryani Tri Wrastari. (2013). Sikap Guru Terhadap Pendidikan Inklusi Ditinjau dari Faktor Pembentuk Sikap. *Jurnal Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*, Vol. 2, No. 1.

Ulfah Fatmala Rizky. (2014). Identifikasi Kebutuhan Siswa Penyandang Disabilitas Pasca Sekolah Menengah Atas. *Indonesian Journal of Disability Studies*. Vol, 1, Issue 1 pp. 52-59. ISSN: 2355-2158

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.