

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### a. Pengertian Strategi

Kata strategi berasal dari bahasa latin *strategia* yang diartikan sebagai seni penggunaan rencana untuk mencapai tujuan. Strategi pembelajaran menurut Frelberg & Driscoll dapat digunakan untuk mencapai tujuan pemberian materi pembelajaran pada berbagai tingkatan untuk siswa yang berbeda, dalam konteks yang berbeda pula. Dick & Carey berpendapat bahwa strategi pembelajaran tidak hanya terbatas pada prosedur kegiatan, melainkan juga termasuk di dalamnya materi atau paket pembelajaran<sup>10</sup>.

Maka strategi pembelajaran adalah cara-cara yang akan dipilih dan digunakan oleh seorang pengajar untuk menyampaikan materi pembelajaran yang bertujuan untuk memudahkan peserta didik menerima dan memahami materi pembelajaran, yang pada akhirnya tujuan pembelajaran dapat dikuasainya di akhir kegiatan belajar.<sup>11</sup> Adapun sumber-sumber umum dari pembelajaran adalah melalui pengamatan yang diperoleh baik dari orang yang ada disekitar maupun dari televisi.<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup> Anitah, S. (2007). Strategi pembelajaran. *Jakarta: Universitas Terbuka, 1.*

<sup>11</sup> Yusri, Y. (2017). Strategi Pembelajaran Andragogi. *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman, 12(1), 25-52.*

<sup>12</sup> Marhayati, N., Chandra, P., & Fransisca, M. (2020). Pendekatan Kognitif Sosial pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *DAYAH: Journal of Islamic Education, 3(2).*

E. Mulyasa menjelaskan bahwa strategi pembelajaran merupakan salah satu jurus untuk melakukan proses pembelajaran agar tujuan pembelajaran bisa tercapai dan materi pembelajaran bisa tersampaikan dengan baik.<sup>13</sup>

Dengan ini kegiatan yang digunakan adalah kegiatan renang, dimana anak dilatih renang hingga mencapai tujuan yaitu meningkatkan kepercayaan diri yang ada pada dirinya. Dalam hal ini pelatih akan menyampaikan strategi maupun materi pelatihan selama proses kegiatan renang.

### **1. Prinsip-prinsip Strategi Pembelajaran**

- 1) Berorientasi pada tujuan. Dalam sistem pembelajaran, tujuan merupakan komponen yang utama. Segala aktivitas pendidik dan peserta didik, mestilah diupayakan untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan, karena keberhasilan suatu strategi pembelajaran dapat dilihat dari keberhasilan peserta didik mencapai tujuan pembelajaran;
- 2) Aktivitas. Belajar bukan hanya menghafal sejumlah fakta atau informasi, tapi juga berbuat, memperoleh pengalaman tertentu sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Karena itu, strategi pembelajaran harus dapat mendorong aktivitas peserta didik, baik aktivitas fisik, maupun aktivitas yang bersifat psikis seperti aktivitas mental;

---

<sup>13</sup> E. Mulyasa, Strategi Pembelajaran PAUD, (Bandung, PT Remaja Rosdakarrya, 2017) h 3-4

- 3) Individualitas. Mengajar adalah usaha mengembangkan setiap individu peserta didik. Walaupun pendidik mengajar pada sekelompok peserta didik, namun pada hakikatnya yang ingin dicapai adalah perubahan perilaku setiap peserta didik. Pendidik yang berhasil adalah apabila ia menangani 40 orang peserta didik seluruhnya berhasil mencapai tujuan; dan sebaliknya dikatakan pendidik yang tidak berhasil manakala dia menangani 40 orang peserta didik 35 tidak berhasil mencapai tujuan pembelajaran;
- 4) Integritas. Mengajar harus dipandang sebagai usaha mengembangkan seluruh pribadi peserta didik. Dengan demikian, mengajar bukan hanya mengembangkan kemampuan kognitif saja, tetapi juga mengembangkan aspek afektif dan aspek psikomotor. Oleh karena itu, strategi pembelajaran harus dapat mengembangkan seluruh kepribadian peserta didik yang mencakup kognitif, afektif, dan psikomotorik secara terintegrasi.<sup>14</sup>

## **2. Strategi Pelatih Renang**

Strategi pelatih renang secara umum melibatkan berbagai pendekatan untuk meningkatkan kinerja atlet dan mencapai tujuan mereka. Ini termasuk:

- 1) Penyusunan Program Latihan Pelatih renang merancang program latihan yang mencakup latihan teknik renang, latihan kekuatan, latihan kelincahan, dan latihan kardiovaskular. Program ini

---

<sup>14</sup> Nasution, W. N. (2017). Strategi pembelajaran.

disesuaikan dengan kebutuhan dan tingkat keterampilan masing-masing atlet.

- 2) Analisis Teknik Pelatih menganalisis teknik renang atlet untuk mengidentifikasi kelemahan dan area yang perlu diperbaiki. Ini bisa melibatkan merekam video, observasi langsung, dan penggunaan teknologi seperti sensor renang.
- 3) Pengembangan Kebugaran Fisik Pelatih bekerja untuk meningkatkan kekuatan, daya tahan, kelincahan, dan fleksibilitas atlet melalui program latihan yang berfokus pada aspek fisik.
- 4) Penetapan Tujuan Pelatih bekerja sama dengan atlet untuk menetapkan tujuan jangka pendek dan jangka panjang yang terukur dan dapat dicapai. Ini membantu memberikan fokus dan motivasi pada latihan.
- 5) Pemantauan Kinerja Pelatih secara teratur memantau kinerja atlet selama latihan dan kompetisi untuk mengevaluasi kemajuan dan mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki.
- 6) Pemulihan Pelatih merancang program pemulihan yang efektif untuk memastikan bahwa atlet pulih dengan baik setelah latihan dan kompetisi, termasuk istirahat yang cukup, nutrisi yang tepat, dan perawatan fisik seperti pijat dan terapi.
- 7) Motivasi dan Dukungan Psikologis Pelatih tidak hanya membantu atlet secara fisik, tetapi juga memberikan dukungan emosional dan

motivasi untuk membantu mereka mengatasi hambatan dan mencapai potensi penuh mereka.

8) Pengelolaan Kompetisi adalah Pelatih merencanakan strategi kompetisi, termasuk taktik balapan, manajemen waktu, dan strategi psikologis untuk membantu atlet tampil sebaik mungkin di bawah tekanan.

9) Kolaborasi dengan Ahli Lain Pelatih mungkin bekerja sama dengan ahli gizi, fisioterapis, psikolog olahraga, dan spesialis lainnya untuk mendukung kesehatan dan kinerja atlet secara menyeluruh. Semua ini adalah bagian dari upaya pelatih renang untuk membantu atlet mencapai potensi mereka dan mencapai kesuksesan dalam olahraga.

Sedangkan strategi pelatihan renang untuk anak usia dini memerlukan pendekatan yang berbeda dan lebih sensitif daripada pelatihan untuk atlet dewasa. Berikut adalah beberapa strategi yang umum digunakan oleh pelatih renang untuk anak usia dini:

- 1) Menciptakan Lingkungan yang Aman dan Mendukung Prioritas utama pelatih adalah menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak-anak. Kolam renang harus dilengkapi dengan pengamanan yang sesuai, dan anak-anak harus diajari tentang keselamatan air sejak dini.
- 2) Fokus pada Keterampilan Dasar Pelatih berfokus pada mengajarkan keterampilan dasar renang, seperti bernapas, mengambang, dan

gerakan dasar renang. Mereka menggunakan metode yang menyenangkan dan bermain untuk mengajarkan konsep-konsep ini kepada anak-anak.

- 3) Pendekatan Bertahap Pelatih menggunakan pendekatan bertahap dalam mengajar anak-anak. Mereka memulai dengan keterampilan dasar dan secara bertahap memperkenalkan teknik-teknik yang lebih kompleks seiring dengan perkembangan anak-anak.
- 4) Bermain dan Belajar Pelatih menggunakan permainan dan aktivitas yang menarik untuk mengajar anak-anak. Ini dapat mencakup permainan air, mainan renang, dan aktivitas lain yang membangkitkan minat anak-anak dan membantu mereka belajar dengan cara yang menyenangkan.
- 5) Memberikan Umpan Balik Positif Pelatih memberikan umpan balik positif kepada anak-anak untuk memperkuat perilaku yang diinginkan. Mereka mengakui dan memberi pujian atas usaha anak-anak, bahkan jika mereka belum mencapai tingkat keterampilan yang diinginkan.
- 6) Menggunakan Pujian dan Hadiah Pelatih menggunakan pujian dan hadiah sebagai insentif untuk motivasi anak-anak. Ini bisa berupa stiker, pin, atau pujian lisan untuk pencapaian atau usaha yang baik.
- 7) Melibatkan Orang Tua Pelatih bekerja sama dengan orang tua untuk mendukung perkembangan anak-anak di luar sesi latihan. Mereka memberikan umpan balik kepada orang tua tentang kemajuan anak-

anak dan memberikan saran tentang cara mereka dapat mendukung latihan renang anak-anak di rumah.

- 8) Memperhatikan Kebutuhan Individu Pelatih menyadari bahwa setiap anak memiliki kecepatan belajar yang berbeda dan kebutuhan yang berbeda. Mereka berusaha untuk memperhatikan kebutuhan individu anak-anak dan menyediakan bimbingan yang sesuai.

Dengan menggunakan pendekatan yang menyenangkan, aman, dan mendukung, pelatih renang anak usia dini dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan renang dasar sambil menumbuhkan cinta dan kepercayaan mereka terhadap air.

#### **b. Renang**

Olahraga renang merupakan aktivitas yang dilakukan di air, dengan berbagai macam bentuk dan gaya yang sudah sejak lama dikenal banyak memberikan manfaat kepada manusia. Renang adalah olahraga yang melibatkan gerakan tubuh di dalam air. Ini bisa dilakukan untuk berbagai tujuan, termasuk rekreasi, kebugaran, kompetisi, atau sebagai bagian dari penyelamatan. Renang dapat dilakukan di berbagai tempat, seperti kolam renang, danau, sungai, atau bahkan di laut. Ini adalah olahraga yang sangat baik untuk kesehatan karena melibatkan banyak otot tubuh dan meningkatkan daya tahan.

Olahraga renang dapat mencakup keseluruhan aspek jika dilakukan dengan benar. Dalam kehidupan olahraga renang sangat bermanfaat. Menurut *Betterhealth*, manfaat berenang yaitu selain untuk kekuatan fisik tetapi juga

bermanfaat untuk menjaga detak jantung sekaligus menghilangkan stres.<sup>15</sup> .  
 Sebagaimana berenang menjadi salah satu imbauan yang disunnahkan oleh Rasulullah. Islam sangat menganjurkan para umatnya untuk berolahraga. Hal ini dilakukan guna menjaga Kesehatan dan kebugaran individu agar dapat menjalankan aktifitas sehari-hari dengan baik, khususnya dalam melakukan ibadah kepada Allah SWT.

Dalam HR. Imam al-Baihaqi mengatakan bahwa:

أَخْبَرَنَا أَبُو بَكْرٍ أَحْمَدُ بْنُ الْحَسَنِ الْقَاضِي نَا أَبُو جَعْفَرٍ مُحَمَّدُ بْنُ عَلِيٍّ بْنِ دَحِيمٍ  
 الشَّيْبَانِي أَنَا أَحْمَدُ بْنُ عَبْدِ بْنِ إِسْحَاقَ بْنِ مُبَارَكِ الْعَطَّارُ نَا أَبِي حَدَّثَنِي قَيْسُ  
 عَنْ لَيْثٍ عَنْ مُحَمَّدٍ عَنِ ابْنِ عُمَرَ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ  
 : عَلِّمُوا أَبْنَاءَكُمْ السَّبَّاحَةَ وَالرُّمِّيَّ وَالْمَرْأَةَ الْمَغْرَلَةَ .

Artinya : “telah menggambarkan kepada kami Abu Bakar Ahmad bin Husain al-Qadli telah menggambarkan kepada kami Abu Ja’far Muhammad bin Ali’ bin Dahim as-Syaibani saya Ahmad bin Ubaid bin Ishak bin Mubarrak al-Athar, menggambarkan kepada kami Ayahku, meriwayatkan kepada kami Qais dari Lais dari Mujahid dari Ibn Umar berkata: bersabda Rasulullah Saw: ajarilah anak-anak kalian berenang, memanah, menenun bagi anak perempuan.

Dimana secara umum maksud dari isi kandungan hadis diatas adalah bentuk dari kontinuitas tradisi bangsa Arab. Yang berujuan untuk membentuk keahlian dan ketangkasan fisik yang kuat.

### 1. Renang Menurut Para Ahli

Menurut American Heart Association, renang adalah salah satu bentuk olahraga yang sangat baik untuk meningkatkan kondisi jantung

<sup>15</sup>Fahreza okta setyawan,dkk. *BUKU AJAR RENANG*. (n.p.): Media Nusa Creative (MNC Publishing), 2022) h 2



dan paru-paru. Ini membantu mengurangi risiko penyakit jantung dan stroke, serta meningkatkan kekuatan otot dan fleksibilitas.

Menurut Dr. Keith Zullig dari West Virginia University, aktivitas fisik seperti renang dapat membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan mood. Renang juga telah dikaitkan dengan peningkatan kesejahteraan emosional dan pengelolaan kecemasan.

Ahli psikologi perkembangan, seperti Dr. Ellen Abell dari California State University, menyoroti bahwa belajar renang bisa meningkatkan kepercayaan diri pada anak-anak. Proses menguasai teknik berenang dan meraih prestasi dalam hal ini dapat membantu anak merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan lain di kehidupan.

## **2. Manfaat Renang**

Pembelajaran renang bagi anak usia dini merupakan kegiatan yang sangat bermanfaat. Renang bukan hanya merupakan kegiatan fisik yang baik, tetapi juga dapat membantu dalam perkembangan keterampilan motorik, kepercayaan diri, dan keselamatan di sekitar air. Ada beberapa hal yang perlu dipertimbangkan dalam pembelajaran renang untuk anak usia dini:

- 1) Keselamatan: Prioritaskan keselamatan anak selama pembelajaran renang. Pastikan instruktur renang memiliki sertifikasi yang sesuai dan pengalaman dalam mengajar anak-anak usia dini. Pilihlah kolam renang yang aman dan sesuai untuk anak-anak, dengan fasilitas yang memadai seperti pengaman, pengawas, dan peralatan penyelamatan.

- 2) Pendekatan yang Positif: Gunakan pendekatan yang positif dan bersemangat saat mengajar anak-anak renang. Berikan penguatan positif dan pujian saat anak berhasil mencapai pencapaian baru, bahkan yang kecil sekalipun. Hal ini dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri anak.
- 3) Keterampilan Dasar: Mulailah dengan mengajarkan keterampilan dasar renang seperti posisi mengambang, gerakan kaki dasar, dan teknik bernapas. Pastikan anak merasa nyaman di dalam air dan memahami dasar-dasar keselamatan, seperti cara berpegangan di pinggiran kolam dan apa yang harus dilakukan jika mereka jatuh ke dalam air.
- 4) Permainan dan Aktivitas: Gunakan permainan dan aktivitas yang menyenangkan untuk mengajarkan keterampilan renang. Misalnya, permainan mengejar mainan di air atau balapan ringan dengan teman-teman mereka. Hal ini membuat pembelajaran menjadi menyenangkan dan mempercepat perkembangan keterampilan renang mereka.
- 5) Konsistensi: Penting untuk konsisten dalam menghadiri kelas renang dan berlatih secara teratur. Keterampilan renang membutuhkan waktu dan latihan yang konsisten untuk dikuasai. Dorong juga anak untuk berlatih di luar kelas renang, jika memungkinkan dan aman.
- 6) Pengawasan Orang Tua: Meskipun anak-anak mungkin menghadiri kelas renang dengan instruktur, pengawasan orang tua tetap

diperlukan di sekitar kolam renang. Pastikan untuk tetap berada di dekat kolam renang dan memperhatikan anak secara langsung.

- 7) Pakaian yang Tepat: Pastikan anak memiliki pakaian renang yang sesuai dan nyaman. Pakaian renang yang cocok dan berkualitas dapat meningkatkan kenyamanan dan kinerja anak di dalam air.

Pembelajaran renang pada usia dini dapat membawa manfaat jangka panjang bagi kesehatan, keselamatan, dan perkembangan anak-anak. Dengan pendekatan yang tepat dan perhatian yang cukup, anak-anak dapat belajar menikmati air sambil mengembangkan keterampilan renang yang penting. Manfaat dari olahraga renang ini untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, dan untuk menguatkan otot dan pertumbuhan fisik terhadap anak, sebagai sarana pendidikan.<sup>16</sup> Renang mempunyai banyak manfaat, seperti yang diungkapkan oleh Sugiyanto bahwa, "berenang merupakan salah satu jenis olahraga yang mampu meningkatkan kesehatan".<sup>17</sup>

Menurut Yudha Febrianta dalam hasil penelitian di Melbourne, Australia telah menunjukkan secara statistis IQ anak-anak yang diajarkan berenang sejak bayi lebih tinggi ketimbang anak-anak yang tak diajarkan berenang atau diajarkan berenang setelah usia 5 tahun. Anak-anak tersebut diukur IQ-nya ketika mereka berusia 10 tahun. Tak hanya itu

<sup>16</sup> Negara, F. B., Yarmani, Y., & Nopiyanto, Y. E. (2021). Pengetahuan Psikologi Olahraga Pada Pelatih Renang dengan Prestasi Atlet Renang Di Rejang Lebong. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 228-239.

<sup>17</sup> Arhesa, Sandra, Buku Jago Renang. (Ukraina: cemerlang 1 : 2020) hal 3

pertumbuhan fisik, emosional, dan sosialnya pun lebih baik. Hal ini disebabkan olah gerak tubuh mempengaruhi perkembangan otak dan pembentukan jaringan syaraf. Kelancaran sistem peredaran darah yang merupakan efek lain dari berenang juga menjamin otak tidak kekurangan nutrisinya serta menghalau berbagai penyakit.<sup>18</sup>

Olahraga renang bagi anak usia dini memiliki peran penting dalam memaksimalkan perkembangan anak usia dini. Kemudian dari segi kebermafaatan tentang pendampingan ini terdiri dari indikator pengetahuan, keterampilan, kemampuan, dan motivasi dengan sub indikator mengetahui strategi inovasi pembelajaran, kemampuan merumuskan tujuan, kemampuan mengatur waktu, kebutuhan untuk berinovasi, kebutuhan berprestasi, dan hasrat untuk diterima di masyarakat luas.<sup>19</sup>

Renang merupakan satu di antara cabang olahraga akuatik. Renang adalah upaya untuk menggerakkan (mengapungkan atau mengangkat) semua bagian tubuh ke atas permukaan air. Olahraga renang kerap dilakukan tanpa perlengkapan atau bantuan. Jadi, dalam renang lebih banyak menggunakan anggota tubuh, terutama bagian tangan dan kaki untuk bergerak atau mengapung di air. Renang bagi anak usia dini adalah kegiatan yang bermanfaat secara fisik dan perkembangan bagi mereka. Ini membantu dalam pengembangan keterampilan motorik,

<sup>18</sup> Febrianta, Y. (2016). Alternatif mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini dengan aktivitas akuatik (berenang). *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), 85-95.

<sup>19</sup> Jariono, G., Subekti, N., Sistiasih, V. S., Fatoni, M., Sudarmanto, E., Indarto, P., ... & Marganingrum, T. (2022). Pkm Pendampingan Dan Pelatihan Olahraga Renang Untuk Anak Usia Dini. *Indonesian Collaboration Journal of Community Services*, 2(1), 12-19.

koordinasi tubuh, dan kepercayaan diri. Selain itu, renang dapat menjadi cara yang menyenangkan untuk mengajarkan anak-anak tentang keselamatan di sekitar air dan meningkatkan kebugaran jasmani mereka.

Selama proses belajar, penting bagi anak-anak untuk merasa nyaman dan aman di sekitar air. Karena itu, penting untuk memiliki pengawasan yang cermat dan mengikuti prosedur keamanan yang sesuai saat mengenalkan anak-anak pada renang. Kursus renang untuk anak usia dini sering kali dirancang untuk memberikan lingkungan yang mendukung dan menyenangkan di mana anak-anak dapat belajar keterampilan dasar renang dengan nyaman.

Selain manfaat fisik, renang juga dapat menjadi sarana untuk membangun rasa percaya diri dan memperluas lingkaran sosial anak-anak. Ini adalah olahraga yang dapat dinikmati seumur hidup, dan memperkenalkan anak-anak pada renang sejak usia dini dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan yang akan mereka gunakan sepanjang kehidupan mereka.

Renang memberikan banyak manfaat bagi perkembangan sosial dan emosional anak. Ada beberapa cara di mana renang dapat berkontribusi pada perkembangan sosial dan emosional anak:

- 1) Keterampilan Sosial: Renang merupakan kegiatan yang sering dilakukan secara berkelompok, baik dalam bentuk kelas renang, tim renang, atau hanya berenang bersama teman-teman. Ini memberikan

kesempatan bagi anak untuk belajar berinteraksi dengan orang lain, berbagi, dan bekerja sama sebagai tim.

- 2) Empati dan Keterampilan Komunikasi: Saat berenang, anak-anak belajar untuk berkomunikasi dengan instruktur renang dan teman-teman mereka. Mereka juga dapat belajar untuk merasakan dan memahami perasaan orang lain, misalnya, jika teman mereka membutuhkan bantuan di air.
- 3) Penguatan Kepercayaan Diri: Ketika anak-anak belajar keterampilan baru dan berhasil mencapai tujuan dalam renang, ini dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka. Pencapaian ini memberikan rasa prestasi yang positif dan memperkuat keyakinan mereka pada kemampuan mereka sendiri.
- 4) Mengelola Emosi: Renang dapat membantu anak-anak dalam mengelola emosi mereka. Aktivitas fisik seperti berenang dapat membantu mengurangi stres, kecemasan, dan meningkatkan mood secara keseluruhan. Selain itu, anak-anak juga belajar untuk mengatasi ketakutan dan kecemasan yang mungkin mereka miliki terkait dengan air.
- 5) Pengalaman Belajar dari Kegagalan: Dalam renang, anak-anak juga belajar untuk mengatasi kegagalan dan kesalahan. Mereka mungkin menghadapi tantangan dalam mempelajari teknik baru atau menghadapi kegagalan dalam kompetisi. Ini memberi mereka

kesempatan untuk belajar dari pengalaman tersebut dan mengembangkan ketahanan mental.

- 6) Peningkatan Keterampilan Penyesuaian: Renang sering kali terjadi di lingkungan yang berbeda, seperti kolam renang umum, kolam renang kompetitif, atau bahkan di pantai. Anak-anak belajar untuk menyesuaikan diri dengan berbagai situasi dan lingkungan, yang merupakan keterampilan penting untuk kehidupan sehari-hari.
- 7) Pembentukan Hubungan Sosial yang Kuat: Renang dapat membantu anak-anak membangun hubungan sosial yang kuat dengan teman sebaya, instruktur renang, dan anggota tim renang. Hubungan ini dapat memberikan dukungan sosial, rasa keterikatan, dan kesempatan untuk pertumbuhan dan pembelajaran bersama.

Dengan semua manfaat ini, renang tidak hanya merupakan kegiatan fisik yang bermanfaat, tetapi juga memberikan kontribusi yang signifikan pada perkembangan sosial dan emosional anak-anak. Seperti halnya perkembangan sosial emosional, dengan perkembangan sosial ini sangat penting dan diperlukan oleh anak dari lahir hingga tua. Perkembangan sosial merupakan aktivitas dalam berhubungan satu orang dengan orang lain, baik dengan teman sebaya, orang tua, maupun saudara-saudaranya.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> Maya S, *Psikologi Perkembangan Anak*..... h 55

### 3. Kelebihan Dan Kekurangan Renang

Renang memiliki sejumlah kelebihan dan kekurangan yang perlu dipertimbangkan saat memutuskan apakah olahraga ini cocok untuk anak. Berikut ini adalah beberapa poin yang perlu diperhatikan:

❖ Kelebihan Renang untuk Anak:

1. Meningkatkan Kesehatan Fisik:

Renang adalah olahraga aerobik yang bagus untuk meningkatkan kebugaran jantung dan paru-paru, serta mengembangkan kekuatan otot dan kecekatan tubuh anak.

2. Pengembangan Keterampilan Motorik:

Berenang melibatkan koordinasi gerakan tubuh yang kompleks, seperti menggerakkan tangan dan kaki secara sinkron. Ini membantu meningkatkan keterampilan motorik anak.

3. Meningkatkan Kepercayaan Diri:

Anak yang mempelajari teknik renang dan mengatasi ketakutan terhadap air akan merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan lain dalam hidup mereka.

4. Olahraga Bebas Cedera:

Renang cenderung merupakan olahraga rendah dampak yang dapat dilakukan sepanjang tahun, tanpa risiko cedera yang tinggi seperti yang mungkin terjadi dalam olahraga kontak atau olahraga dengan loncatan.



#### 5. Olahraga untuk Semua Usia:

Renang adalah olahraga yang dapat dilakukan oleh anak-anak dari usia muda hingga remaja, bahkan dewasa. Ini memungkinkan anak untuk terlibat dalam kegiatan fisik sepanjang hidup mereka.

#### 6. Menyelam dan Keselamatan Air:

Selain teknik berenang, anak-anak juga dapat belajar tentang keselamatan air dan bagaimana bertindak di sekitar air, yang merupakan keterampilan penting untuk keselamatan pribadi.

#### ❖ Kekurangan Renang untuk Anak:

##### 1. Risiko Kesehatan:

Pemaparan berlebihan terhadap bahan kimia dalam kolam renang atau air yang tidak bersih dapat meningkatkan risiko infeksi kulit atau gangguan pernapasan.

##### 2. Biaya dan Aksesibilitas:

Akses ke fasilitas renang sering kali terbatas di beberapa daerah, dan biaya untuk keanggotaan klub renang atau pelatihan bisa mahal.

##### 3. Waktu yang Dibutuhkan:

Membutuhkan waktu yang signifikan untuk mengajar anak berenang dengan benar. Ini bisa menjadi tantangan bagi keluarga yang memiliki jadwal yang padat.

#### 4. Penyakit Telinga dan Mata:

Renang dapat meningkatkan risiko infeksi telinga atau mata, terutama jika air kolam tidak dijaga dengan baik atau jika anak memiliki kecenderungan untuk menyentuh mata atau telinga mereka saat berenang.

#### 5. Stres pada Sendi dan Otot:

Meskipun renang dianggap rendah dampak, beberapa gerakan renang tertentu dapat menimbulkan stres pada sendi dan otot tertentu jika tidak dilakukan dengan benar atau jika terlalu sering dilakukan tanpa istirahat yang memadai.

#### 6. Batasan Lingkungan:

Renang hanya dapat dilakukan di lingkungan tertentu, seperti kolam renang atau pantai yang aman. Ini dapat menjadi tantangan bagi keluarga yang tinggal di daerah yang tidak memiliki akses mudah ke fasilitas renang yang aman dan terawat.

Penting bagi orang tua untuk mempertimbangkan kelebihan dan kekurangan ini serta memastikan bahwa anak-anak mereka merasa nyaman dan aman saat berpartisipasi dalam aktivitas renang. Dengan perhatian yang tepat terhadap keselamatan, manfaat kesehatan, dan pengembangan pribadi anak, renang bisa menjadi olahraga yang sangat bermanfaat bagi anak-anak.

#### 4. Hal Yang Harus Diperhatikan Ketika Renang

Ketika renang, baik untuk anak-anak maupun dewasa, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk memastikan keselamatan, kenyamanan, dan manfaat dari aktivitas ini. Berikut adalah hal-hal yang harus diperhatikan ketika berenang:

1) Keselamatan di Air:

Pastikan anak-anak atau peserta renang lainnya memiliki keterampilan dasar keselamatan air, seperti mengapung atau berenang ke tepi kolam. Juga penting untuk mengawasi anak-anak secara aktif di sekitar air, terutama jika mereka belum cukup terampil dalam berenang.

2) Pengawasan oleh Orang Dewasa:

Anak-anak harus selalu diawasi oleh orang dewasa yang bertanggung jawab. Jangan pernah biarkan anak-anak berenang sendirian atau tanpa pengawasan yang memadai, terutama di perairan yang dalam atau di pantai.

3) Perilaku Aman di Kolam Renang:

Ajarkan anak-anak untuk tidak berlari di sekitar kolam renang untuk menghindari kecelakaan. Mereka juga harus menghindari loncatan ke dalam air jika tidak dilakukan di area yang aman dan sesuai.

4) Pemilihan Tempat Renang yang Aman:

Pastikan tempat renang atau kolam yang digunakan memiliki pengawasan yang memadai, memiliki kondisi air yang bersih, dan

fasilitas keselamatan seperti tanda peringatan dan alat bantu keselamatan yang memadai.

5) Perlengkapan Keselamatan:

Pastikan anak-anak memakai pelampung atau alat bantu renang lainnya sesuai kebutuhan mereka. Jika mereka belum cukup terampil berenang, pertimbangkan untuk menggunakan pelampung atau ban renang.

6) Kondisi Fisik dan Kesehatan:

Pastikan anak-anak atau peserta renang lainnya dalam kondisi fisik yang baik sebelum berenang. Hindari berenang jika sedang sakit atau dalam kondisi kesehatan yang buruk yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk berenang dengan aman.

7) Kaitkan dengan Keadaan Cuaca:

Jika berenang di tempat terbuka seperti pantai, perhatikan kondisi cuaca dan arus air. Hindari berenang di air yang terlalu dalam atau jika cuaca buruk, seperti badai petir atau gelombang besar.

8) Teknik Berenang yang Benar:

Ajarkan anak-anak teknik berenang yang benar dan aman, termasuk teknik pernapasan yang tepat. Penting untuk memastikan bahwa mereka tidak berenang terlalu jauh atau melebihi kemampuan mereka sendiri.

9) Pencegahan terhadap Penyakit Telinga dan Mata:

Ajarkan anak-anak untuk tidak menyentuh mata atau telinga mereka dengan tangan yang kotor atau air yang mungkin terkontaminasi. Setelah berenang, disarankan untuk segera membersihkan telinga dan mata dengan air bersih.

10) Pemulihan dan Istirahat:

Berenang dapat menjadi aktivitas yang melelahkan. Pastikan anak-anak istirahat dan mendapatkan cukup cairan setelah berenang, terutama jika mereka berada di bawah sinar matahari untuk waktu yang lama.

Dengan memperhatikan hal-hal di atas, dapat dipastikan bahwa anak-anak akan menikmati renang dengan aman dan merasakan manfaat positif dari aktivitas ini tanpa risiko yang tidak perlu.

## **5. Pelatih Renang**

Menurut Monika E. Schloder and Richard T. McGuire Pelatih adalah seseorang yang bertugas untuk mempersiapkan fisik dan mental olahragawan maupun kelompok olahragawan. Pelatih merupakan sosok yang paling dekat dan berperan penting dalam memotivasi atletnya. Pelatih bukanlah sekedar instruktur olahraga yang memberikan atlet cara-cara untuk melakukan Gerakan tertentu dalam olahraga. Pelatih

juga merupakan tokoh panutan, guru, pembimbing, pendidik, pemimpin, bahkan tak jarang menjadi tokoh model bagi atletnya.<sup>21</sup>

Pelatih renang adalah seseorang yang memiliki pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman dalam mengajar teknik-teknik berenang kepada individu atau kelompok. Mereka bertanggung jawab untuk mengembangkan kemampuan teknis dan fisik para perenang, serta membantu mereka mencapai tujuan mereka dalam olahraga renang. Berikut ini adalah beberapa peran dan tanggung jawab utama dari seorang pelatih renang:

1. **Pengajaran Teknik Berenang:** Pelatih renang mengajarkan teknik-teknik dasar seperti gerakan tangan, kaki, pernapasan, dan koordinasi tubuh yang diperlukan untuk berenang dengan efisien dan efektif.
2. **Pengembangan Program Latihan:** Mereka merancang dan mengatur program latihan yang sesuai dengan tingkat dan tujuan para perenang, termasuk latihan kekuatan, kecepatan, dan daya tahan.
3. **Analisis Teknik dan Koreksi:** Pelatih renang menganalisis teknik renang perenang secara rutin, memberikan umpan balik, dan memberikan koreksi untuk membantu meningkatkan performa teknis mereka.
4. **Perencanaan Kompetisi:** Mereka membantu perenang mempersiapkan diri untuk kompetisi dengan merancang strategi

---

<sup>21</sup> Juriana, J., Tahki, K., & Zulfitranto, G. (2018). Pengetahuan psikologi olahraga pada pelatih renang Indonesia. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(1), 31-38.

perlombaan, simulasi lomba, dan fokus pada aspek-aspek psikologis dan taktis dari perlombaan.

5. Pemantauan Kesehatan dan Keselamatan: Pelatih renang bertanggung jawab untuk memastikan keselamatan para perenang selama latihan dan kompetisi, termasuk mengajarkan perilaku aman di sekitar air.
6. Pengembangan Mental dan Emosional: Mereka juga membantu dalam pengembangan mental dan emosional perenang, termasuk manajemen stres, motivasi, dan peningkatan kepercayaan diri.
7. Membangun Hubungan dengan Perenang dan Orang Tua: Pelatih renang bekerja sama dengan perenang dan orang tua untuk memastikan komunikasi yang baik, serta memahami dan mendukung tujuan dan kebutuhan individu perenang.

Pelatih renang dapat bekerja di berbagai lingkungan, termasuk di klub renang, sekolah, atau pusat rekreasi. Mereka memainkan peran penting dalam membentuk para atlet renang muda menjadi pemain yang kompeten dan berpengetahuan luas dalam olahraga renang.

## **6. Pelaksanaan Kegiatan Renang**

Lokasi kegiatan renang berlokasi di kolam renang hamtian dimana kolam renang tersebut memiliki kolam yang tersedia untuk kolam anak-anak hingga dewasa. Renang yang awalnya hanya dilatih oleh guru-guru sekolah namun dengan penelitian ini saya menggunakan pelatih renang. Dengan adanya pelatih renang pada

kegiatan renang ini anak-anak apakah akan mampu meningkatkan kepercayaan dirinya melalui strategi yang di berikan oleh pelatih renang, serta akan dibuktikan melalui hasil wawancara dan hasil observasi.

Kegiatan renang ini diawali dengan peneliti meminta izin kepada sekolah untuk melakukan penelitian di kolam renang hamtian serta meminta izin kepada orangtua murid untuk melakukan penelitian di kolam renang. Penelitian ini dilakukan pada satu local kelas yaitu kelas anggrek saja dimana anak-anak yang berada dikelas tersebut sudah berusia 5-6 tahun. Yang terdiri dari 20 murid. Kegiatan renang pada penelitian ini berlangsung rutin seminggu 2 kali dalam jangka waktu satu bulan. Dalam proses kegiatan renang ini peneliti menyediakan pelatih renang dimana pelatih tersebut mempunyai strategi tersendiri untuk melatih kepercayaan diri anak.

### **c. Kepercayaan Diri**

Menurut Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini. Rasa percaya diri yang dimaksud adalah dapat memperlihatkan kemampuan diri untuk menyesuaikan dengan situasi. Kepercayaan diri mulai ditumbuhkan dan distimulai sejak dini. Kepercayaan diri merupakan hal yang penting bagi anak untuk menapaki roda kehidupan. Kepercayaan diri akan menjadi modal untuk kesuksesan anak kelak. Anak



akan lebih cepat bergaul, lebih cepat menguasai keahlian dan lebih siap menghadapi masalah<sup>22</sup>.

Kepercayaan diri merupakan satu aspek kepribadian yang paling penting pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya.<sup>23</sup>

Kepercayaan diri tidak dibawa sejak lahir. Kepercayaan diri mulai ditumbuhkan dan distimulasi sejak dini. Kepercayaan diri merupakan hal yang penting bagi anak untuk menapaki roda kehidupan. Kepercayaan diri akan menjadi modal untuk kesuksesan anak kelak.

Anak yang memiliki kepercayaan diri ia akan mampu untuk menguasai bidang tertentu dan lebih mudah menyerap hal yang diinformasikan padanya dikemudian hari. Saat dewasa anak tersebut akan lebih mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara maksimal tanpa meminta bantuan yang berlebihan pada orang lain.<sup>24</sup>

Kepercayaan diri harus ada pada diri anak dimana menurut Gunarsa “kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang mutlak harus dimiliki oleh seorang di bidang olahraga apapun, karena berkaitan dengan keyakinan”.

Menurut *Weinberg* dan *Gould* kepercayaan diri sebagai keyakinan bahwa

---

<sup>22</sup> Nazla, T., & Fitria, N. (2021). Pengembangan Kepercayaan Diri Melalui Metode Show and Tell Pada Anak. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 3(1), 31-35

<sup>23</sup> Rahman, M. M. (2013). Peran Orang Tua Dalam Membangun Kepercayaan Diri Pada Anak Usia Dini. *Edukasia: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 8(2).

<sup>24</sup> Wahyuni, S. (2017). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Usia Dini Melalui Metode Bercerita Di Kelompok B RA An-Nida. *Jurnal Raudhah*, 5(2).

anda dapat berhasil melakukan perilaku yang diinginkan. Sedangkan *Karageorghis* dan *Terry* menyatakan keyakinan dapat didefinisikan sebagai kepastian bahwa anak dapat melakukan tugasnya dengan baik sebagai akibat dari keyakinan mutlak dalam kemampuan yang dimiliki<sup>25</sup>.

Kepercayaan diri mempunyai asumsi yang sangat penting untuk diketahui dan dipahami. Oleh karena itu, arti kepercayaan diri ini dikemukakan oleh beberapa orang tokoh yang mempunyai pendapat yang berbeda-beda dan memperkuat pengetahuan dalam memahami arti percaya diri tersebut.<sup>26</sup>

Menurut Goleman, D. Dalam masa dewasa, sikap yang sama ini menjadi matang berubah menjadi penghargaan-diri positif yang memberinya kepercayaan diri yang pada tempatnya dengan tingkat bakatnya-suatu unsur esensial untuk kesuksesan. Tidak memiliki kepercayaan-diri seperti itu, orang tidak jadi menggunakan karunia atau kekuatan apa pun yang mungkin mereka miliki.<sup>27</sup>

Elizabeth Hartley & Brewer mengemukakan bahwa kepercayaan diri adalah:

1. Percaya pada diri sendiri untuk menyelesaikan berbagai tugas dengan baik

<sup>25</sup> Sin, T. H. (2019). Efektifitas metode belajar renang dengan bantuan teman untuk meningkatkan kepercayaan diri atlit. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 3(3), 168-173

<sup>26</sup> Fitriani, A. (2012). Strategi pengembangan kepercayaan diri pada anak usia dini. *Jurnal Penelitian dan Artikel Pendidikan PG & PAUD FKIP UMM*.

<sup>27</sup> Goleman, D. (2007). *Social intelligence: ilmu baru tentang hubungan antar-manusia*. Indonesia: Gramedia Pustaka Utama. hlm 159

2. Percaya kepada diri sendiri untuk menyelesaikan berbagai tugas dengan baik dan menyadari bahwa orang lain pun akan menghargai kemampuan yang dimiliki oleh diri kita
3. Percaya terhadap kemampuan diri sendiri untuk menghadapi situasi-situasi baru
4. Percaya pada penilaian dan diri sendiri

Masa awal hidup manusia, yang disebut dengan anak usia dini, akan mengembangkan rasa kepercayaan pada lingkungan. Dengan memberikan perawatan dengan penuh kelembutan, kasih sayang, dan perhatian yang konsisten anak akan merasa mendapatkan keamanan dan kenyamanan sosial sebagai modal dalam mengembangkan kepercayaan pada lingkungan. Anak yang merasa percaya pada lingkungan akan dapat mengembangkan persahabatan dan kedekatan dengan orang lain.<sup>28</sup>

Anak yang rasa percaya dirinya rendah menurut Anggreni akan kesulitan melewati perubahan dan butuh banyak bantuan dari orang tua atau guru, untuk membangun rasa percaya diri pada anak memerlukan dorongan dan dukungan terus menerus.<sup>29</sup>

### **1. Kepercayaan Diri Menurut Ahli**

Kepercayaan diri adalah konsep psikologis yang penting dalam kehidupan individu. Menurut para ahli, kepercayaan diri dapat didefinisikan sebagai keyakinan dalam kemampuan sendiri untuk

---

<sup>28</sup> Lubis, M. Y. (2019). Mengembangkan sosial emosional anak usia dini melalui bermain. *Generasi Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1), 47-58.

<sup>29</sup> Anggreni, M. A. (2017). Penerapan bermain untuk membangun rasa percaya diri anak usia dini. *JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)*, 1(1), 1-8.

mengatasi tantangan dan mencapai tujuan. Berikut adalah pandangan dari beberapa ahli tentang kepercayaan diri:

- 1) Albert Bandura: Salah satu ahli psikologi terkemuka dalam bidang ini, Bandura mengembangkan teori *self-efficacy* (keefektifan diri), yang menyatakan bahwa kepercayaan diri didasarkan pada keyakinan individu terhadap kemampuan mereka untuk mengontrol peristiwa yang mempengaruhi kehidupan mereka. Menurutnya, kepercayaan diri meningkat ketika individu mengalami keberhasilan dalam mencapai tujuan mereka.
- 2) Nathaniel Branden: Seorang psikolog dan penulis, Branden menggambarkan kepercayaan diri sebagai keyakinan dalam kapasitas, kemampuan, dan hak untuk berhasil. Menurutnya, kepercayaan diri bukan hanya tentang percaya pada kemampuan teknis, tetapi juga tentang rasa hormat dan nilai diri.
- 3) Martin Seligman: Seorang psikolog positif terkenal, Seligman menghubungkan kepercayaan diri dengan konsep optimisme. Menurutnya, individu yang memiliki optimisme yang sehat cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena mereka melihat kegagalan sebagai tantangan yang bisa diatasi.
- 4) Erik Erikson: Ahli psikoanalisis ini mengemukakan bahwa kepercayaan diri adalah salah satu pencapaian utama dalam tahap perkembangan psikososial manusia. Menurut teori Erikson, anak-anak

yang merasa aman dan didukung dalam tahap awal hidup mereka cenderung mengembangkan kepercayaan diri yang positif.

- 5) Carol Dweck: Psikolog yang terkenal dengan konsep "mindset", Dweck mengajarkan bahwa kepercayaan diri bukanlah tentang memiliki kemampuan tetap, tetapi tentang keyakinan bahwa kemampuan dapat dikembangkan melalui usaha dan pengalaman. Ini dikenal sebagai "mindset pertumbuhan" yang mendukung kepercayaan diri yang kuat.

Secara umum, kepercayaan diri adalah kombinasi dari pengalaman, keyakinan dalam kemampuan sendiri, rasa hormat terhadap diri sendiri, dan sikap mental yang optimis terhadap tantangan hidup. Ini merupakan aspek penting dalam perkembangan pribadi dan sosial individu, serta dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan termasuk pendidikan, karir, dan kesehatan mental.

## **2. Manfaat Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri sangat penting bagi perkembangan anak karena memberikan fondasi yang kuat untuk menghadapi tantangan, belajar, dan berkembang secara positif. Berikut adalah beberapa manfaat kepercayaan diri bagi anak:

- 1) Pengembangan Kemampuan Sosial: Anak yang percaya diri cenderung lebih mudah berinteraksi dengan teman sebayanya. Mereka memiliki kemampuan untuk berbicara dengan percaya diri, membangun

hubungan yang baik, dan mengekspresikan diri tanpa takut untuk dievaluasi secara negatif.

- 2) Peningkatan Kinerja Akademik: Kepercayaan diri membantu anak merasa nyaman untuk mengambil tantangan akademik. Mereka lebih cenderung untuk berpartisipasi aktif dalam kelas, mengajukan pertanyaan, dan mengembangkan kemampuan belajar yang lebih baik karena percaya bahwa mereka mampu mengatasi kesulitan dan mencapai keberhasilan.
- 3) Penguatan Mental dan Emosional: Anak dengan kepercayaan diri yang tinggi lebih mampu mengelola emosi mereka dengan baik. Mereka dapat lebih mudah mengatasi stres, frustrasi, dan kecemasan karena mereka yakin dapat menyelesaikan masalah dan menghadapi situasi sulit dengan tenang.
- 4) Mendorong Keinginan untuk Berpartisipasi: Anak yang percaya diri lebih cenderung untuk aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler, olahraga, dan kegiatan sosial lainnya. Mereka memiliki motivasi internal untuk mencoba hal-hal baru dan berpartisipasi dalam aktivitas yang memperluas pengalaman mereka.
- 5) Peningkatan Kemampuan Komunikasi: Kepercayaan diri membantu anak untuk mengembangkan kemampuan komunikasi yang efektif. Mereka belajar untuk berbicara dengan jelas, mendengarkan dengan baik, dan menyampaikan pendapat mereka dengan penuh keyakinan.

- 6) Pemupukan Kemampuan Mengambil Keputusan: Anak yang percaya diri lebih mampu membuat keputusan yang baik karena mereka yakin dengan kemampuan mereka untuk mengevaluasi situasi, mempertimbangkan berbagai opsi, dan mengambil langkah yang tepat.
- 7) Pengalaman Positif dalam Menjalinkan Hubungan: Anak yang percaya diri cenderung memiliki pengalaman positif dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Mereka lebih mudah membangun persahabatan yang mendukung dan membangun hubungan yang sehat dengan keluarga dan guru.
- 8) Secara keseluruhan, kepercayaan diri membantu anak untuk tumbuh dan berkembang menjadi individu yang lebih mandiri, berani, dan siap menghadapi tantangan kehidupan. Ini adalah kualitas yang sangat penting untuk membantu mereka mencapai potensi penuh mereka dalam berbagai aspek kehidupan mereka.

### **3. Ciri-ciri Anak Percaya Diri**

Anak yang percaya diri umumnya menunjukkan beberapa ciri-ciri yang mencerminkan keyakinan dan kenyamanan dalam diri mereka sendiri. Berikut adalah beberapa ciri-ciri anak yang percaya diri:

- 1) Mampu Mengungkapkan Pendapat dengan Jelas: Anak yang percaya diri biasanya dapat mengemukakan pendapat atau ide mereka dengan jelas dan tanpa ragu-ragu. Mereka tidak takut untuk menyuarakan pikiran mereka dan percaya bahwa pendapat mereka bernilai.

- 2) Menerima Diri Sendiri: Anak percaya diri menerima dan menghargai diri mereka sendiri apa adanya. Mereka tidak merasa perlu untuk selalu membandingkan diri dengan orang lain atau mencari validasi dari luar untuk merasa berharga.
- 3) Menerima Tanggung Jawab: Anak yang percaya diri memiliki kemampuan untuk mengambil tanggung jawab atas tindakan dan keputusan mereka sendiri. Mereka mengerti bahwa mereka memiliki kontrol atas hidup mereka dan tidak sering menyalahkan orang lain untuk kesalahan mereka sendiri.
- 4) Memiliki Inisiatif dan Motivasi: Anak yang percaya diri cenderung memiliki motivasi internal yang kuat untuk mencoba hal-hal baru dan mengejar tujuan mereka. Mereka tidak menunggu perintah dari orang lain untuk bertindak, tetapi aktif mencari peluang dan menciptakan perubahan yang positif dalam hidup mereka.
- 5) Mampu Mengatasi Tantangan: Anak percaya diri melihat tantangan sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh. Mereka tidak mudah putus asa atau terpengaruh oleh kegagalan, melainkan menggunakan pengalaman itu sebagai pelajaran untuk masa depan.
- 6) Berani Mengeksplorasi dan Bereksperimen: Anak percaya diri sering kali berani untuk menjelajahi hal-hal baru dan mencoba pengalaman yang mungkin belum mereka alami sebelumnya. Mereka merasa nyaman dalam menghadapi ketidakpastian dan belajar dari setiap pengalaman baru.



- 7) Mampu Berinteraksi dengan Orang Lain dengan Mudah: Anak yang percaya diri dapat berinteraksi dengan orang lain dengan percaya diri dan kemampuan sosial yang baik. Mereka tidak terlalu khawatir tentang penilaian negatif dari orang lain dan memiliki kemampuan untuk membentuk hubungan yang positif.
- 8) Peka terhadap Perasaan Orang Lain: Meskipun percaya diri, anak-anak ini juga dapat menunjukkan empati dan kesadaran terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain. Mereka dapat berkomunikasi secara efektif dan membangun hubungan yang saling mendukung.

#### **4. Factor yang mempengaruhi kepercayaan diri**

Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi percaya diri seseorang baik dari faktor eksternal maupun internal. Berikut adalah beberapa faktor yang dapat mempengaruhi percaya diri:

##### 1) Kondisi fisik

Faktor ini merupakan faktor yang paling sering ditemui, perubahan fisik yang tidak sesuai harapan dapat menimbulkan gambaran yang buruk pada diri sendiri.

##### 2) Pengalaman hidup

Pengalaman hidup yang mengecewakan dapat menjadi sumber timbulnya perasaan rendah diri. Jika individu tidak merasa aman, kurang perhatian dan kasih sayang individu tersebut juga akan merasa tidak percaya diri

### 3) Lingkungan keluarga

Keluarga dan pola asuh merupakan hal paling penting dalam pembentukan karakter hingga rasa percaya diri pada seseorang. Orang tua yang menunjukkan perhatian, penerimaan, cinta dan kasih sayang serta kedekatan emosional yang tulus dengan anak akan membangkitkan rasa percaya diri pada anak tersebut.

### 4) Manfaat memiliki rasa percaya diri

Memiliki rasa percaya diri sangat penting karena dapat mengurangi rasa takut khususnya saat melakukan interaksi sosial.

Beberapa manfaat yang dapat diperoleh ketika kita percaya diri:

### 5) Tidak takut menghadapi tantangan

Percaya diri dapat membuat kita selalu berpikir positif dan tenang ketika menghadapi tantangan karena kita merasa mampu dan percaya bahwa dapat melewati tantangan tersebut.

### 6) Dapat menerima kekurangan

Dengan memiliki percaya diri, kita dapat menerima kekurangan yang ada dalam diri kita dan memaksimalkan kelebihan yang kita miliki.

Kita dapat menggunakan kelebihan tersebut untuk mencapai tujuan kita.

### 7) Membuat hidup lebih menyenangkan

Memiliki rasa percaya diri dapat membuat hidup menjadi jauh lebih positif. Hal ini dikarenakan rasa percaya diri mengajarkan untuk tidak perlu membandingkan diri kita dengan orang lain.

Seperti penjelasan sebelumnya, percaya diri memiliki banyak manfaat. Namun, hal tersebut tidak timbul begitu saja. Percaya diri juga merupakan hal yang dapat dilatih. Berikut terdapat beberapa cara yang dapat kamu lakukan untuk meningkatkan percaya diri:

- 1) Membiasakan diri untuk berpikir positif
- 2) Bergabung dengan lingkungan yang positif
- 3) Mengetahui kelemahan dan kelebihan diri
- 4) Objektif dalam menilai diri sendiri
- 5) Memiliki pola hidup yang sehat

Setiap orang perlu memiliki rasa percaya diri dalam dirinya sehingga mereka mengerti bahwa setiap individu memiliki kompetensi yang berguna dan bermanfaat dalam kehidupannya. Selain itu, percaya diri juga harus dalam kadar yang pas tidak kurang dan tidak lebih. Itulah penjelasan singkat mengenai percaya diri. Buat kamu yang masih suka minder yuk coba untuk berlatih percaya diri!

### **5. Kepercayaan Diri Saat Berenang**

Kepercayaan diri saat renang adalah hal yang penting untuk dikembangkan pada anak usia dini. Ada beberapa cara untuk membantu anak mengembangkan kepercayaan diri mereka saat berada di air:

1. Pendekatan Bertahap: Mulailah dengan memperkenalkan anak pada air secara perlahan. Misalnya, mulai dari bermain di pinggir kolam, kemudian merendamkan kaki di air dangkal, dan bertahap menuju

latihan renang yang lebih intensif. Ini membantu anak merasa lebih nyaman dan meningkatkan kepercayaan diri mereka secara bertahap.

2. Pujian dan Dukungan: Berikan pujian dan dukungan yang positif saat anak mencoba hal baru atau berhasil melakukan sesuatu yang sulit di dalam air. Beri pengakuan pada usaha mereka, bahkan jika belum sempurna, dan beri mereka pujian yang tulus saat mereka berhasil.
3. Berikan Waktu dan Ruang: Berikan anak waktu dan ruang untuk mengeksplorasi lingkungan air. Biarkan mereka merasa bebas untuk bergerak dan bereksperimen di dalam air, tetapi tetaplah memperhatikan keselamatan mereka.
4. Jadikan Aktivitas Menyenangkan: Jadikan pembelajaran renang sebagai aktivitas yang menyenangkan dan menyenangkan. Gunakan permainan, mainan, atau musik untuk membuat pengalaman di air lebih menarik bagi anak. Semakin menyenangkan mereka, semakin besar kemungkinan mereka akan merasa nyaman dan percaya diri di dalam air.
5. Model Perilaku Positif: Jika Anda sendiri merasa percaya diri saat berada di air, tunjukkan kepada anak Anda bahwa renang adalah sesuatu yang menyenangkan dan menantang. Berenanglah bersama mereka dan tunjukkan sikap positif dan keyakinan pada kemampuan mereka.
6. Jangan Terlalu Memaksakan: Hindari memaksakan anak untuk melakukan sesuatu yang mereka tidak nyaman lakukan di dalam air.

Biarkan mereka bergerak pada kecepatan mereka sendiri dan dukung mereka sepanjang proses belajar.

7. Latihan Keterampilan: Bantu anak mengembangkan keterampilan renang dasar dengan latihan yang teratur. Semakin mahir mereka dalam keterampilan renang, semakin besar kepercayaan diri mereka akan tumbuh.

Dengan memberikan dukungan, pujian, dan kesempatan untuk bereksperimen di dalam air, dapat membantu anak dan mengembangkan kepercayaan diri yang kuat saat berenang. Ini adalah keterampilan yang tidak hanya penting untuk keselamatan mereka, tetapi juga untuk kesehatan dan kebugaran secara keseluruhan.

#### **d. Anak Usia Dini**

Anak Usia Dini menurut *The National Association for the Education for Young Children (NAEYC)* adalah Anak usia dini merupakan sejak lahir sampai dengan usia 8 tahun, dengan beberapa tahap pembelajaran. Anak usia dini adalah anak yang berada pada rentan usia 0-6 tahun Undang-Undang Sisdiknas tahun 2003. Anak usia dini adalah anak kelompok anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik.<sup>30</sup> Islam mengajarkan bahwa manusia diciptakan dalam keadaan suci (fitrah) dan menyusun drama kehidupannya sesudah kelahiran dan bukan sebelumnya. Tidak peduli di lingkungan keluarga atau masyarakat macam apa dia dilahirkan, setiap manusia dilahirkan dalam keadaan suci. Setiap manusia

---

<sup>30</sup> Mansur, *Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005), hlm. 88

dilahirkan dalam keadaan bersih, dengan mendasarkan posisinya pada otonomi dan individualitas mutlak.<sup>31</sup>

Karakteristik anak usia dini yang khas menurut Richard D. Kellough (1996) adalah: (1) Anak itu bersifat Egosentris, ia cenderung melihat dan memahami sesuatu dari sudut pandang dan kepentingannya sendiri. Hal ini dapat dilihat dari perilakunya seperti masih berebut alat-alat mainan, menangis bila menghendaki sesuatu yang tidak dipenuhi oleh orang tuanya, atau memaksakan sesuatu terhadap orang lain. Karakteristik seperti ini terkait dengan perkembangan kognitifnya yang menurut Piaget disebutkan bahwa anak usia dini sedang berada pada fase transisi dari fase praoperasional (2-7) ke fase operasional konkret (7-11). (2) Anak Memiliki Rasa Ingin Tahu Yang Besar, Menurut persepsi anak, dunia ini dipenuhi dengan hal-hal yang menarik dan menakjubkan. Hal ini menimbulkan rasa keingintahuan anak yang tinggi. Rasa keingintahuan sangatlah bervariasi, tergantung dengan apa yang menarik perhatiannya. Sebagai contoh, anak lebih tertarik dengan benda yang menimbulkan akibat dari pada benda yang terjadi dengan sendirinya. (3) Anak adalah Mahluk Sosial, Anak senang diterima dan berada dengan teman sebayanya. Mereka senang bekerja sama dalam membuat rencana dan menyelesaikan pekerjaannya. Mereka secara bersama saling memberikan semangat dengan sesama temannya. Anak membangun konsep diri sendiri melalui interaksi sosial. Ia akan membangun kepuasan melalui penghargaan diri ketika diberikan kesempatan untuk bekerjasama dengan temannya. (4)

---

<sup>31</sup> Isma'il Raji Al-Faruqi, Tauhid, (Bandung: Pustaka, 1995), h. 68

Anak Bersifat Unik, Anak merupakan individu yang unik di mana masing-masing memiliki bawaan, minat, kapabilitas, dan latar belakang kehidupan yang berbeda satu dengan yang lainnya. Di samping memiliki kesamaan, menurut Bredekamp, anak juga memiliki keunikan tersendiri seperti dalam gaya belajar, minat, dan latar belakang keluarga. (5) Anak Umumnya Kaya Dengan Fantasi, Anak senang dengan hal-hal yang bersifat imajinasi, sehingga pada umumnya ia kaya dengan fantasi. Anak dapat bercerita melebihi pengalaman-pengalaman aktualnya atau kadang bertanya hal-hal gaib sekalipun. Hal ini disebabkan imajinasi anak berkembang melebihi apa yang dilihatnya. Sebagai contoh, ketika anak melihat gambar sebuah robot, maka imajinasinya berkembang bagaimana robot itu berjalan dan bertempur dan seterusnya. (6) Anak memiliki daya konsentrasi yang pendek, Pada umumnya anak sulit untuk berkonsentrasi pada suatu kegiatan dalam jangka waktu yang lama. Ia selalu cepat mengalihkan perhatian pada suatu kegiatan dalam jangka waktu yang lama. Ia selalu cepat mengalihkan perhatian pada kegiatan lain, kecuali memang kegiatan tersebut selain menyenangkan juga bervariasi dan tidak membosankan. Menurut Berg disebutkan bahwa sepuluh menit adalah waktu yang wajar bagi anak usia sekitar 5 tahun untuk dapat duduk dan memperhatikan sesuatu secara nyaman. Daya perhatian yang pendek membuat ia sangat sulit untuk duduk dan memperhatikan sesuatu untuk jangka waktu yang lama, kecuali terhadap hal-hal yang menyenangkan, pembelajaran dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan yang bervariasi dan menyenangkan. (7) Anak merupakan masa belajar yang paling potensial, Masa

usia dini disebut sebagai masa golden age atau magic years, NAEYC mengemukakan bahwa masa-masa awal kehidupan tersebut sebagai masa-masanya belajar dengan slogannya: “*Early Years are Learning Years*”. Hal ini disebabkan bahwa selama rentang waktu usia dini, anak mengalami berbagai pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat dan pesat pada berbagai aspek. Pada periode ini hampir seluruh potensi anak mengalami masa peka untuk tumbuh dan berkembang secara cepat dan hebat. Oleh karena itu, pada masa ini anak sangat membutuhkan stimulasi dan rangsangan dari lingkungannya.<sup>32</sup>

Anak usia dini adalah anak yang dalam rentang usia dibawah enam tahun, dan pada usia 0-8 tahun adalah usia dalam masa emas pertumbuhan dan perkembangan otak atau “golden age”.<sup>33</sup> Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, bahkan dikatakan sebagai lompatan perkembangan. Anak usia dini memiliki rentang usia yang sangat berharga dibanding dengan usia-usia selanjutnya karena perkembangan kecerdasannya sangat luar biasa. Usia tersebut merupakan fase kehidupan yang unik, dan berada pada masa proses perubahan berupa pertumbuhan, perkembangan, pematangan, dan penyempurnaan, baik pada aspek jasmani maupun rohaninya yang berlangsung seumur hidup, bertahap dan berkesinambungan.<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> Priyanto, A. (2014). pengembangan kreativitas pada anak usia dini melalui Aktivitas bermain. *Jurnal Ilmiah Guru Caraka Olah Pikir Edukatif*, (2)

<sup>33</sup> Jusrin efendi pohan, *pendidikan anak usia dini (paud). Konsep dan perkembangan* (Depok: Rajawali Pers, 2020)

<sup>34</sup> Khairi, H. (2018). *Karakteristik perkembangan anak usia dini dari 0-6 tahun. Jurnal warna*, 2(2), 15-28.



Anak yang lahir dan mulai memasuki perkembangan yaitu sejak dini adalah merupakan sosok individu yang sedang dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses alami yang terjadi dalam kehidupan manusia, dimulai sejak dalam kandungan hingga akhir hayat.<sup>35</sup>

Perkembangan anak usia dini berjalan sangatlah cepat, bahkan lebih cepat dari usia sesudahnya.<sup>36</sup> Ini adalah periode yang sangat penting dalam kehidupan anak karena pada masa ini, banyak perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan fisik yang terjadi dengan cepat. Berikut adalah beberapa karakteristik perkembangan anak usia dini:

1. **Pertumbuhan Fisik:** Anak-anak usia dini biasanya mengalami pertumbuhan fisik yang cepat. Mereka mungkin memperoleh keterampilan motorik kasar, seperti berjalan, berlari, dan melompat, serta keterampilan motorik halus, seperti menggambar, memotong, dan menulis.
2. **Pengembangan Bahasa:** Masa ini adalah saat anak-anak mulai mengembangkan kemampuan berbahasa. Mereka belajar memahami dan menggunakan kata-kata baru setiap hari, serta memahami konsep-konsep dasar dalam bahasa seperti tata bahasa dan artikulasi.
3. **Perkembangan Kognitif:** Anak-anak usia dini mulai mengembangkan kemampuan kognitif mereka, termasuk pemecahan masalah, memahami konsep abstrak, dan berpikir kritis. Mereka mungkin mulai menunjukkan

---

<sup>35</sup> Husnul Bahri, Fitriani, Edutaimen Dalam Perkembangan Nilai-nilai Moral dan Agama Anak, Jurnal IAIN Bengkulu h.180

<sup>36</sup> Novi Mulyani, *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, Yogyakarta (Kalimedia, 2016), h.7

minat dalam memecahkan teka-teki sederhana, menyusun bentuk-bentuk sederhana, dan belajar mengenali angka dan huruf.

4. Perkembangan Sosial dan Emosional: Anak-anak usia dini mulai belajar bagaimana berinteraksi dengan orang lain dan mengelola emosi mereka sendiri. Mereka mungkin mulai belajar berbagi, menunggu giliran, serta memahami perasaan dan kebutuhan orang lain.
5. Pertumbuhan Identitas: Pada masa ini, anak-anak mulai membentuk identitas mereka sendiri, termasuk memahami peran mereka dalam keluarga, teman sebaya, dan lingkungan mereka. Mereka mungkin mulai mengeksplorasi minat dan bakat mereka sendiri.
6. Hubungan dengan Orang Tua dan Pengasuh: Anak-anak usia dini biasanya memiliki hubungan yang kuat dengan orang tua dan pengasuh mereka. Hubungan ini memberikan dasar untuk kepercayaan diri, rasa aman, dan kesejahteraan emosional anak.
7. Pengalaman Sensorik: Anak-anak usia dini mulai mengeksplorasi dunia melalui panca indera mereka. Mereka mungkin sangat tertarik pada mainan yang merangsang indera mereka, seperti mainan yang berbunyi atau bercahaya.
8. Peran Bermain: Bermain adalah cara utama anak-anak usia dini belajar dan mengembangkan keterampilan. Mereka mungkin mulai bermain peran, berfantasi, dan bereksperimen dengan peran-peran yang berbeda dalam permainan mereka.

Penting bagi orang tua dan pengasuh untuk memahami karakteristik perkembangan ini agar mereka dapat memberikan lingkungan yang mendukung dan merangsang untuk pertumbuhan dan perkembangan anak-anak mereka.

**e. Kepercayaan diri saat di sekolah**

Di sebuah sekolah, kegiatan renang telah menjadi bagian integral dari kurikulum fisik. Di awal tahun ajaran, anak-anak sering terlihat ragu-ragu saat pertama kali melangkah ke kolam. Namun, seiring berjalannya waktu, perubahan mulai tampak.

Anak-anak yang awalnya takut untuk menceburkan diri kini mulai menunjukkan ketertarikan yang besar. Melalui bimbingan guru renang yang sabar dan metode pengajaran yang menyenangkan, mereka belajar teknik dasar renang dan perlahan-lahan mengatasi ketakutan mereka. Setiap sesi renang menjadi kesempatan untuk bereksperimen, berlatih, dan merasakan kebebasan di dalam air.

Seiring meningkatnya kemampuan renang mereka, kepercayaan diri anak-anak pun ikut meningkat. Mereka yang dulunya merasa tidak berdaya kini dengan bangga menantang diri mereka untuk mencoba gaya baru atau berpartisipasi dalam perlombaan kecil. Sorak-sorai teman-teman mereka di tepi kolam semakin memacu semangat, menciptakan atmosfer positif yang mendorong mereka untuk lebih percaya pada diri sendiri.

Hasilnya, anak-anak tidak hanya menjadi perenang yang lebih baik, tetapi juga lebih percaya diri dalam aktivitas sehari-hari. Mereka belajar

bahwa dengan usaha dan keberanian, mereka dapat mengatasi tantangan, baik di dalam maupun di luar kolam. Kegiatan renang di sekolah bukan sekadar pelajaran fisik, tetapi juga proses pembentukan karakter yang memberikan bekal berharga untuk kehidupan mereka ke depan. Adapun bentuk dari hasil yang ditimbulkan Ketika anak yang percaya diri saat berada di sekolah yaitu saat berada di kelas anak akan menjadi lebih aktif dan lebih percaya diri untuk tampil kedepan, meningkatnya prestasi yang dimiliki di bidang keterampilan bakat seperti lebih berani untuk mengikuti lomba yang diadakan sekolah maupun diluar sekolah.

#### **B. Penelitian Terdahulu**

Penelitian ini digunakan sebagai referensi penulis untuk dapat menyelesaikan proposal tesis ini. Berikut merupakan beberapa penelitian lainnya:

Menurut *Tjung Hauw sin* dalam penelitiannya tahun 2019 yang berjudul *Efektifitas metode belajar renang dengan bantuan teman untuk meningkatkan kepercayaan diri atlit.* menjelaskan bahwa bahwa metode belajar renang dengan bantuan teman secara signifikan efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri atlit.<sup>37</sup> Dalam meningkatkan Kepercayaan diri dapat ditimbulkan melalui apa saja bisa dari teman maupun dari orang tua. Tetapi bukan hanya itu kepercayaan diri juga haruslah dilatih pada diri anak itu sendiri agar dapat menjadi lebih berani dalam mengambil sebuah tindakan. Pentingnya kepercayaan diri ini sangat berpengaruh pada anak untuk

---

<sup>37</sup> Sin, T. H. (2019). Efektifitas metode belajar renang dengan bantuan teman untuk meningkatkan kepercayaan diri atlit. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 3(3), 168-173.

menjalani rutinitas sehari-hari baik di sekolah maupun di dalam rumah, karena anak akan mampu mengatasi masalahnya sendiri. Oleh karena itu sumber kepercayaan diri harus terbentuk pada diri anak itu sendiri dengan demikian melalui kegiatan renang ini diupayakan anak akan mampu menghadapi segala macam bentuk rintangan yang dilalui akan berjalan dengan lancar tanpa adanya masalah.

Menurut *Ella Putri Febria dkk*, dalam penelitiannya pada tahun 2024 yang berjudul *Mengembangkan kemampuan interaksi sosial dengan kegiatan renang pada anak usia dini*. menjelaskan bahwa kemampuan berperilaku sosial perlu dididik sejak anak masih kecil. Dalam perkembangan sosial anak, interaksi yang ditimbulkan dengan orang-orang di sekitarnya akan memberikan pengaruh yang kuat bagi pembentukan perilaku-perilaku sosial emosional anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana implementasi kegiatan renang dalam mengembangkan kemampuan interaksi sosial anak usia dini.<sup>38</sup> Dari penjelasan tersebut dapat diartikan bahwa berolahraga renang sangat penting untuk dilakukan pada anak usia dini. Dalam hal ini olahraga renang sangatlah berpengaruh pada perkembangan terlebih lagi dari kemampuan bersosialnya dimana anak akan mendapatkan pengalaman baru dan teman baru. Bukan hanya itu dalam membentuk jiwa sosial anak juga haruslah adanya dampingan dari seorang guru sebagai tempat anak untuk interaksi sosial, karena anak tidak akan dapat membentuk jiwa bersosialisasinya jika sendirian. Jiwa sosial tentunya timbul dari diri anak

---

<sup>38</sup> Febria, E. P., & Uliasari, I. N. (2024). Mengembangkan Kemampuan Interaksi Sosial Dengan Kegiatan Renang Pada Anak Usia Dini. *Student Scientific Creativity Journal*, 2(1), 246-252.

tetapi dalam memilih situasi yang tepat perlu disandingkan dengan kepercayaan diri anak tersebut. Maka dengan kegiatan renang ini sebagai pendidik haruslah mengetahui betapa pentingnya renang dalam melatih sosial anak karena apabila anak akan menghadapi suatu perloaban atau situasi baru akan memerlukan kemampuan dalam bersosialisasi sama halnya dalam mengasah mental anak.

Menurut *Hapidoh* dalam penelitiannya tahun 2020, yang berjudul *Implementasi Kegiatan Renang Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di AR-Raudah Playgrup And Kindergarten Kota Bandar Lampung*. Menjelaskan bahwa Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana implementasi kegiatan renang dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini di ArRaudah Playgrup and Kindergarten Kota Bandar Lampung. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif. Subjek penelitian adalah anak kelompok usia 5-6 tahun dengan objek motorik kasar. Alat pengumpulan data menggunakan wawancara dan dokumentasi sedangkan teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian/display data, penarikan kesimpulan dan uji keabsahan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan motorik kasar anak belum berkembang secara maksimal dikarenakan guru tidak mengajak anak untuk melakukan proses penerapan renang harus memenuhi unsur: pemanasan, kegiatan inti dan pendinginan dengan waktu yang terbatas.

Sehingga mengakibatkan ketidaktahuan pada anak tentang manfaat pemanasan dan pendinginan dalam olahraga.<sup>39</sup>

Menurut *Lutfi Nur,dkk* dalam penelitiannya tahun 2020, yang berjudul *Kemampuan Kognitif Anak Usia Dini Dalam Pembelajaran Akuatik* menjelaskan bahwa Kemampuan kognitif anak usia dini di TK Laboratorium Percontohan UPI Kampus Tasikmalaya pada pembelajaran akuatik masih dalam kategori Mulai Berkembang (MB). Hal ini terlihat dari temuan di TK Laboratorium Percontohan UPI Kampus Tasikmalaya bahwa persentase perolehan kemampuan kognitif anak sebesar 44%. Penelitian lanjutan diperlukan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan kognitif anak usia dini dalam pembelajaran akuatik. Penerapan model pembelajaran dan strategi pengajaran dapat dilakukan agar perkembangan potensi anak dapat ditingkatkan.<sup>40</sup>

**Table 2.1**  
**Perbedaan & persamaan**

Judul	Perbedaan	Persamaan
Efektifitas metode belajar renang dengan bantuan teman untuk meningkatkan kepercayaan diri atlit. (Jurnal Nasional)	- Penelitian ini membahas tentang kepercayaan diri seorang atlit - Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif	- Penelitian ini sama-sama membahas tentang renang
Mengembangkan kemampuan interaksi sosial dengan kegiatan renang pada anak usia	- Penelitian ini membahas tentang mengembangkan kemampuan	- Penelitian ini sama-sama membahas tentang renang

<sup>39</sup> Hapidoh, S. (2021). *IMPLEMENTASI KEGIATAN RENANG DALAM MENGEMBANGKAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI DI AR-RAUDAH PLAYGRUP AND KINDERGARTEN KOTA BANDAR LAMPUNG* (Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).

<sup>40</sup> Nur, L., Hafina, A., & Rusmana, N. (2020). Kemampuan kognitif anak usia dini dalam pembelajaran akuatik. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 10(1), 42-50.

dini (Jurnal Nasional)	interaksi sosial - Penelitian ini menggunakan metode kualitatif	
Implementasi Kegiatan Renang Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di AR-Raudah Playgrup And Kindergarten Kota Bandar Lampung (Skripsi)	- Menggunakan penelitian kualitatif - Membahas tentang motoric kasar	- Sama-sama membahas tentang renang
Kemampuan Kognitif Anak Usia Dini Dalam Pembelajaran Akuatik (jurnal nasional)	- Menggunakan metode kuantitatif - Membahas tentang kognitif aquatik	- Sama-sama membahas tentang renang

Dari kedua penelitian terdahulu tersebut, berkaitan dengan penelitian yang peneliti lakukan. Dimana penelitian yang peneliti teliti berfokus kepada olahraga dari segi sosial emosionalnya, kepercayaan diri anak dalam berenang, serta kemampuan sosial anak. Sehingga di dapatilah kerangka berpikir

### C. Kerangka Berpikir





Dalam penelitian ini dikembangkanlah suatu konsep atau kerangka pikir dengan tujuan untuk mempermudah peneliti dalam melakukan penelitiannya. Adanya kerangka pikir ini, maka tujuan yang akan dilakukan oleh peneliti akan semakin jelas karena telah terkonsep terlebih dahulu.

