



Strategi Pelatih Renang dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Usia Dini di TK Tunas Harapan Kota Bengkulu

Ardhea Rizka Mumtadzah

Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu

ardhea.rizka12@gmail.com

Abstract

The aim of this research is to find out swimming coaches' strategies for increasing children's self-confidence. This research uses a descriptive qualitative approach using observation, interview and documentation data collection methods. Data analysis techniques include data reduction, data presentation and drawing conclusions, data triangulation, reference availability and supervisor consultation. Swimming training strategies for young children require a different and more sensitive approach than training for adult athletes. The swimming coach's strategy in increasing the self-confidence of young children at Tunas Harapan Kindergarten has proven to produce results by increasing children's self-confidence. From the swimming coach's strategy for children who are already used to swimming, conclusions were drawn to become a strategy that the researcher used with the help of the swimming coach that the researcher prepared. The swimming coach strategies include: communication between coaches and students, in-depth approaches between coaches and students, giving praise, providing examples or comfortable methods, providing freedom to explore, evaluating achievements. This strategy is applied to children who are not yet confident.

Keywords: Swimming coach strategy; swimming; confidence; early childhood;

✉ Corresponding Author:
Ardhea Rizka Mumtadzah
ardhea.rizka12@gmail.com

Received: 09/01/2025

Accepted: 19/01/2025

Published: 27/01/2025

PENDAHULUAN

Strategi pelatih renang secara umum melibatkan berbagai pendekatan untuk meningkatkan kinerja seseorang untuk mencapai tujuan mereka. Yang disesuaikan dengan kebutuhan dan tingkat keterampilan masing-masing. Sedangkan strategi pelatihan renang untuk anak usiadini memerlukan pendekatan yang berbeda dan lebih sensitif daripada pelatihan untuk atlet dewasa. 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 begitupun dalam meningkatkan kepercayaan diri pada anak. 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.

Kepercayaan diri merupakan modal dasar yang sangat penting dalam kehidupan seseorang. Ketika seseorang percaya pada dirinya sendiri, ia akan memiliki keyakinan yang kuat pada kemampuannya untuk menghadapi tantangan, mengatasi hambatan, dan mencapai tujuan yang diinginkan. 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.

Kepercayaan diri pada umumnya berasal dari diri sendiri. 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.

Menurut Albert Bandura: Salah satu ahli psikologi terkemuka dalam bidang ini, 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. Kepercayaan diri yang kuat akan memiliki dampak yang signifikan pada berbagai kehidupan seseorang, termasuk dalam hal belajar, bekerja, interaksi dalam lingkungan keluarga, dan hubungan social dengan orang lain. Anak yang memiliki kepercayaan diri akan mampu untuk menguasai bidang tertentu dan lebih mudah menyerap hal yang diinformasikan padanya dikemudian hari. Hingga pada saat dewasa anak tersebut akan lebih mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara maksimal tanpa meminta bantuan yang berlebihan pada orang lain.

Dalam berolahraga sikap percaya diri akan dibutuhkan, terutama dalam membentuk mental anak agar lebih berani menghadapi situasi. Dengan demikian pada kegiatan renang dengan menggunakan strategi pelatih renang yang dimana pelatih renang sudah paham bagaimana cara untuk meningkatkan kepercayaan diri anak. Terlebih lagi dari sisi usia kronologis, anak usia dini adalah kelompok manusia yang berada pada rentang usia 0-8 tahun menurut kesepakatan UNESCO; Sedangkan berdasarkan UU Sisdiknas N0. 20 Tahun 2003 rentang anak usia dini adalah 0-6 tahun. Morisson mengemukakan bahwa tujuan pendidikan anak usia dini adalah untuk mengembangkan pengetahuan anak yang dididik oleh pendidik yang sesuai dengan kebutuhan anak. Dalam kegiatan renang tentunya akan membantu anak untuk meningkatkan kepercayaan diri yang ada pada dirinya. Dimana hal tersebut tidak dapat dimiliki anak pada kegiatan selama berada di sekolah. Karena pada dasarnya memerlukan pelatihan khusus untuk pembentukan mental yang ada pada diri anak. Bahkan 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 pertumbuhan fisik, emosional, dan sosialnya pun lebih baik. Hal ini disebabkan olah gerak tubuh mempengaruhi perkembangan otak dan pembentukan jaringan syaraf.

Dalam perspektif hadist juga terdapat penjelasan mengenai renang. 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: Yang 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. Dalam hal ini di buktikan kembali pada penelitian terdahulu menurut Tjung Hauw sin dalam penelitiannya tahun 2019 menjelaskan bahwa bahwa metode belajar renang dengan bantuan teman secara signifikan efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri atlit. Maka 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. Menurut Ella Putri Febria dkk, dalam penelitiannya pada tahun 2024 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. Dari penjelasan tersebut dapat diartikan bahwa berolahraga renang sangat penting untuk dilakukan pada anak usia dini.

Pada observasi awal penelitian ini yang dilakukan di Tk Tunas Harapan Kota Bengkulu saya mendapatkan bahwa di TK Tunas Harapan sudah menerapkan kegiatan renang secara rutin. Namun pada kasus ini didapati bahwa ada beberapa anak yang belum mampu menumbuhkan sikap percaya diri yang ada pada diri anak tersebut, baik dalam kegiatan renang yang diberikan guru maupun kegiatan lain yang ada disekolah. Dimana jika dibandingkan dengan siswa yang lain anak tersebut cenderung pemalu dalam bersosialisasi. Namun ada pula anak yang telah terbiasa renang menggunakan pelatih hingga hal ini menjadi acuan untuk mencaritahu strategi apa yang pelatih gunakan dalam pembentukan kepercayaan diri anak.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk mengungkapkan gejala secara menyeluruh dan sesuai dengan konteks yang apa adanya melalui pengumpulan data dari latar alami sebagai sumber lapangan dengan instrumen kunci penelitian itu sendiri. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, serta dokumentasi. Adapun metode analisis data yang penulis gunakan adalah metode data deskriptif kualitatif. Metode data deskriptif kualitatif maksudnya adalah proses analisis yang akan didasarkan pada kaidah deskriptif dan kualitatif. Adapun yang menjadi informan penelitian adalah kepala Sekolah, guru Tk, orang tua murid, anak-anak yang dilatih, serta pelatih renang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada anak yang sudah berusia 5-6 tahun. Yang terdiri dari 2 kelas yang diteliti. Masing-masing kelas terdiri dari 20 murid. Pada saat observasi awal telah didapati 5 orang anak 2 diantaranya terdapat pada kelas anggrek, 3 lagi di kelas mawar yang mana anak tersebut sudah terbiasa renang menggunakan pelatih renang yang telah dibuktikan oleh kepercayaan dirinya saat berada disekolah, dan mampu percaya diri ketika renang (sudah pandai renang) hingga hal ini peneliti mencari informasi mengenai strategi yang pelatih renang tersebut gunakan, yang akan diteliti kembali kepada 4 orang anak (masing-masing 2 orang anak tiap kelas) yang masih takut renang atau malu-malu dan belum mampu percaya diri hingga anak-anak tersebut akan peneliti teliti lebih lanjut untuk meningkatkan kepercayaan diri yang ada pada diri anak-anak tersebut, selain daripada itu adalah anak-anak yang hobi renang. Yang mana anak yang hobi renang ini termasuk anak yang percaya diri (berani renang namun belum pandai berenang). Dalam hal strategi yang digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri yang ada pada diri anak adalah:

1. Adanya komunikasi antar pelatih dan murid,

Dalam kegiatan renang untuk anak usia dini, strategi komunikasi antara pelatih dan murid sangat krusial untuk menciptakan lingkungan yang aman dan menyenangkan.

Pertama, pelatih menggunakan bahasa yang sederhana dan jelas agar anak-anak mudah memahami instruksi. Contohnya, alih-alih menyebutkan istilah teknis, pelatih mengganti dengan istilah yang akrab, seperti "tendang seperti menendang bola" untuk menjelaskan gerakan kaki.

Kedua, pelatih sering menggunakan isyarat non-verbal, seperti menunjuk atau melakukan gerakan, untuk membantu anak-anak yang mungkin kesulitan memahami kata-kata. Gestur yang jelas membantu memperkuat pemahaman dan mengurangi kebingungan.

Ketiga, pelatih menciptakan interaksi yang positif dengan memberikan pujian dan dorongan setiap kali anak berhasil melakukan gerakan dengan baik. Misalnya, mengucapkan "Bagus sekali! Kamu hampir bisa melakukannya!" ini membantu meningkatkan kepercayaan diri anak.

Keempat, sesi tanya jawab singkat juga diterapkan, di mana pelatih mendorong anak untuk bertanya tentang apa yang mereka pelajari atau rasakan. Ini memberikan kesempatan bagi anak untuk terlibat aktif dan merasa didengarkan.

Terakhir, menciptakan suasana yang menyenangkan dengan permainan dan aktivitas kelompok membuat anak-anak lebih antusias dan terbuka terhadap komunikasi. Melalui strategi ini, hubungan antara pelatih dan murid semakin erat, sehingga proses belajar renang menjadi lebih efektif dan menyenangkan.

2. Pendekatan mendalam antar pelatih dan murid,

Dalam dunia renang untuk anak usia dini, pendekatan mendalam antara pelatih dan murid sangat penting untuk membangun kepercayaan dan menciptakan pengalaman belajar yang positif. Pelatih yang memahami kebutuhan dan karakteristik anak-anak dapat menciptakan lingkungan yang aman dan menyenangkan.

Pelatih mulai dengan membangun hubungan yang akrab. Dia mengenali setiap anak, menyapa mereka dengan nama, dan memperhatikan minat serta ketakutan masing-masing. Pendekatan personal ini membuat anak merasa dihargai dan lebih terbuka untuk belajar.

Selama sesi latihan, pelatih secara aktif mengamati perkembangan setiap anak. Dia mengidentifikasi kekuatan dan area yang perlu ditingkatkan, lalu memberikan umpan balik yang konstruktif. Dengan menyesuaikan pendekatan berdasarkan kebutuhan

individu, pelatih membantu anak mencapai kemajuan dengan cara yang sesuai dengan kemampuan mereka.

Pelatih menggunakan komunikasi yang empatik, mendengarkan kekhawatiran anak dan memberikan dukungan emosional. Misalnya, jika seorang anak merasa cemas saat mencoba menyelam, pelatih akan mengajak mereka berbicara tentang perasaan tersebut dan memberikan dorongan positif untuk mengatasi rasa takut.

Mengintegrasikan permainan dalam sesi latihan menjadi bagian penting dari pendekatan ini. Dengan menciptakan aktivitas yang menyenangkan, pelatih dapat menarik perhatian anak dan membuat mereka lebih antusias. Melalui permainan, anak-anak belajar teknik renang tanpa merasa terbebani.

Setelah setiap sesi, pelatih melakukan refleksi bersama anak-anak, membahas apa yang mereka pelajari dan apa yang bisa ditingkatkan. Pendekatan ini tidak hanya memperkuat pemahaman anak tentang teknik, tetapi juga membantu mereka mengembangkan keterampilan berpikir kritis.

Dengan pendekatan mendalam ini, pelatih renang tidak hanya mengajarkan teknik, tetapi juga membentuk karakter anak, meningkatkan kepercayaan diri, dan menciptakan pengalaman belajar yang berkesan. Hal ini akan memberi dampak positif bagi perkembangan mereka di luar kolam renang.

3. Pemberian pujian

Pujian adalah salah satu alat paling efektif dalam proses belajar, terutama bagi anak usia dini yang sedang belajar berenang. Dalam sesi renang, pelatih mengamati setiap usaha dan kemajuan yang dilakukan oleh anak-anak, memberikan pujian yang spesifik dan tulus.

Setiap kali seorang anak mencoba meluncur di air atau melakukan gerakan tendangan, pelatih tidak ragu untuk memberikan pujian. Misalnya, jika seorang anak berhasil melakukan gerakan tendangan dengan baik, pelatih berkata, "Bagus sekali! Kaki kamu sudah tendang dengan kuat!" Pujian ini tidak hanya menghargai usaha anak, tetapi juga memotivasi mereka untuk terus berusaha.

Pujian yang diberikan dengan tepat membantu anak-anak merasa lebih percaya diri. Ketika mereka mendengar kalimat positif, seperti "Kamu semakin baik setiap harinya!", rasa percaya diri mereka meningkat. Hal ini penting, terutama ketika anak-anak menghadapi tantangan baru di kolam renang.

Pujian juga menciptakan suasana yang menyenangkan. Ketika anak merasa dihargai, mereka lebih menikmati pengalaman belajar. Pelatih sering menggunakan humor dan kebersamaan, sehingga pujian menjadi bagian dari suasana ceria di kolam.

Selain memberikan pujian atas keberhasilan, pelatih juga memuji usaha meskipun hasilnya belum sempurna. Contohnya, saat anak berusaha menyelam tetapi masih merasa takut, pelatih berkata, "Aku senang kamu berani mencoba! Itu langkah yang hebat!" Ini mengajarkan anak bahwa usaha dan keberanian sama pentingnya dengan hasil akhir.

Dengan memberikan pujian yang tulus dan spesifik, pelatih tidak hanya membantu anak-anak merasa lebih baik tentang diri mereka sendiri, tetapi juga memperkuat pengalaman belajar mereka. Pujian menjadi jembatan yang menghubungkan usaha dengan keberhasilan, membuat setiap sesi renang menjadi pengalaman yang berharga dan menyenangkan bagi anak-anak.

4. Pemberian contoh atau metode yang nyaman

Pemberian contoh yang nyaman saat berenang bagi anak usia dini adalah kunci untuk menciptakan pengalaman belajar yang positif dan menyenangkan. Pelatih yang bijak memahami pentingnya menunjukkan cara yang benar dengan cara yang membuat anak-anak merasa aman dan terinspirasi.

Pelatih memulai sesi dengan melakukan demonstrasi gerakan renang yang sederhana, seperti mengapung atau tendangan kaki. Dengan gaya yang ceria dan penuh semangat, pelatih memasuki kolam dan menunjukkan teknik dengan gerakan yang jelas dan menarik. Ketika anak-anak melihat pelatih melakukannya dengan percaya diri, mereka merasa lebih nyaman dan bersemangat untuk mencoba.

Saat memberikan contoh, pelatih menggunakan bahasa yang sederhana dan akrab. Misalnya, dia bisa berkata, "Bayangkan kamu seperti ikan yang meluncur di air!" Dengan cara ini, anak-anak dapat membayangkan gerakan tersebut dan merasa lebih terhubung dengan proses belajar.

Setelah demonstrasi, pelatih mendorong anak-anak untuk mencoba sendiri. Dia memberi mereka kesempatan untuk melakukannya secara bergantian, memberikan umpan balik positif saat mereka mencoba. Pelatih menekankan bahwa tidak apa-apa jika mereka belum bisa melakukannya dengan sempurna, yang penting adalah usaha dan keberanian mereka.

Pelatih juga memastikan bahwa semua contoh dilakukan dengan aman. Dia mengenakan alat bantu seperti pelampung dan mengajak anak-anak berlatih menggunakan alat tersebut. Dengan demikian, anak-anak merasa lebih tenang dan berani untuk mencoba, karena mereka tahu bahwa pelatih juga berlatih dengan cara yang sama.

Selama sesi, pelatih menciptakan suasana yang menyenangkan dan mendukung. Dia memberi pujian setiap kali anak-anak mencoba gerakan yang diajarkan, menciptakan rasa nyaman dan percaya diri. Pelatih juga mengajak anak-anak berkomunikasi dan berbagi pengalaman mereka, sehingga mereka merasa menjadi bagian dari kelompok.

Dengan memberikan contoh yang nyaman dan menyenangkan, pelatih membantu anak-anak merasa lebih percaya diri dalam belajar berenang. Pendekatan ini tidak hanya mengajarkan teknik, tetapi juga membangun rasa aman dan keberanian dalam diri anak, menjadikan pengalaman renang mereka berkesan dan positif.

5. Memberikan pembebasan mengeksplor

Kegiatan membebaskan anak untuk mengeksplorasi kolam renang merupakan bagian penting dari pembelajaran bagi anak usia dini. Pendekatan ini memungkinkan anak untuk merasakan kebebasan, kepercayaan diri, dan keterampilan dalam lingkungan air yang aman.

Sebelum kegiatan dimulai, pelatih memastikan bahwa kolam renang dalam kondisi aman. Mereka menjelaskan kepada anak-anak tentang aturan keselamatan dan pentingnya berkomunikasi. Dengan menggunakan bahasa yang sederhana dan menyenangkan, pelatih membantu anak memahami bahwa mereka akan berada di lingkungan yang aman untuk bermain dan belajar.

Setelah anak-anak siap, pelatih mengajak mereka untuk menjelajahi kolam renang dengan cara yang kreatif. Anak-anak diajak bermain permainan seperti "penyusup air," di mana mereka bisa bergerak di dalam air, mencoba berbagai gerakan, dan merasakan tekstur air. Pelatih memberikan contoh gerakan, tetapi juga memberi kebebasan kepada anak-anak untuk mencoba gerakan mereka sendiri.

Selama eksplorasi, pelatih memberikan waktu bagi anak-anak untuk berimajinasi. Mereka bisa berfantasi menjadi ikan, pelangi, atau karakter favorit lainnya. Dengan membebaskan anak-anak untuk berkreasi, pelatih membantu mereka mengembangkan rasa percaya diri dan eksplorasi diri.

Pelatih secara aktif memberikan pujian setiap kali anak-anak mencoba hal baru. Ketika seorang anak berhasil meluncur atau mengapung, pelatih dengan antusias berkata, "Bagus

sekali! Kamu seperti ikan di air!" Pujian ini memberikan dorongan positif yang sangat berarti bagi perkembangan mereka.

Selama kegiatan, pelatih mengamati interaksi antar anak. Mereka saling membantu dan belajar dari satu sama lain, menciptakan pengalaman sosial yang berharga. Pelatih mengambil momen untuk menjelaskan teknik dasar saat melihat anak-anak berinteraksi, memastikan bahwa pembelajaran tetap berlangsung secara alami.

Melalui kegiatan mengeksplorasi kolam renang, anak-anak tidak hanya belajar teknik berenang, tetapi juga mengembangkan rasa percaya diri, kreativitas, dan keterampilan sosial. Pengalaman ini menjadi fondasi penting bagi perkembangan mereka, menjadikan kolam renang sebagai tempat yang menyenangkan dan penuh pembelajaran.

6. Melakukan evaluasi atas pencapaian

Kegiatan evaluasi setelah sesi berenang untuk anak usia dini adalah langkah penting dalam proses pembelajaran. Evaluasi ini tidak hanya membantu pelatih memahami perkembangan masing-masing anak, tetapi juga memberikan kesempatan bagi anak untuk merefleksikan pengalaman mereka.

Setelah sesi berenang, pelatih mengumpulkan anak-anak di tepi kolam dengan suasana yang tenang dan nyaman. Dia memastikan semua anak merasa rileks setelah beraktivitas di air. Pelatih menjelaskan bahwa mereka akan berbicara tentang apa yang telah mereka pelajari hari ini, dengan nada yang ceria dan antusias.

Pelatih memulai dengan mengajukan pertanyaan sederhana, seperti, "Apa yang paling kamu suka dari sesi berenang hari ini?" Ini memberikan anak-anak kesempatan untuk berbagi pengalaman dan perasaan mereka. Diskusi terbuka ini membantu anak merasa didengarkan dan dihargai.

Setelah mendengarkan pendapat anak-anak, pelatih membahas kemajuan yang telah dicapai. Dia mengingatkan anak-anak tentang teknik tertentu yang mereka coba, seperti tendangan kaki atau gerakan mengapung. Dengan memberikan contoh spesifik, pelatih menunjukkan bagaimana mereka telah berkembang dari sesi sebelumnya.

Pelatih juga mendorong anak-anak untuk berpikir tentang apa yang bisa mereka tingkatkan. Misalnya, dia bisa bertanya, "Apa yang ingin kamu coba lebih baik lagi di sesi berikutnya?" Ini membantu anak belajar untuk mengidentifikasi tujuan dan menetapkan langkah-langkah untuk mencapainya.

Selama evaluasi, pelatih tidak lupa memberikan pujian atas usaha dan keberanian anak-anak. Kalimat seperti, "Aku bangga kamu berani mencoba!" memberikan motivasi tambahan dan memperkuat kepercayaan diri mereka.

Dengan mengadakan evaluasi setelah berenang, pelatih tidak hanya menilai kemajuan teknis anak, tetapi juga membangun keterampilan refleksi diri dan komunikasi. Kegiatan ini menciptakan pengalaman belajar yang lebih mendalam dan membantu anak-anak merasa lebih terhubung dengan proses belajar mereka, menjadikan sesi berenang sebagai bagian yang berharga dari perkembangan mereka.

Dengan menggunakan strategi ini anak yang takut renang atau yang belum percaya diri sudah menunjukkan peningkatan kepercayaan diri yang ada pada dirinya. Hal ini juga sesuai dengan instrument terkait dengan strategi pelatih renang.

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, lebih percaya diri untuk tampil kedepan, kemampuan berfikir lebih meningkat, lebih aktif menjawab pertanyaan guru, mampu menyelesaikan suatu masalah, meningkatnya prestasi yang dimiliki di bidang keterampilan bakat seperti lebih berani untuk mengikuti lomba yang diadakan sekolah maupun diluar sekolah. Dengan demikian jika dibandingkan dengan anak yang tidak terlatih oleh pelatih renang maka anak tersebut lebih menjadi pendiam dan pemalu, berbeda hal dengan anak yg terlatih renang dari anak yang belum percaya diri hingga perlahan menunjukkan sikap kepercayaan dirinya, yang hasilnya saat berada di kelas anak akan lebih aktif untuk tampil kedepan, memiliki wawasan lebih tinggi, tak malu untuk bertanya, kemampuan berfikir semakin meningkat, lebih berani terhadap apapun.

KESIMPULAN

Strategi pelatih renang dalam meningkatkan kepercayaan diri anak sangat cocok dilakukan serta membuahkan hasil dalam meningkatkan kepercayaan diri anak. Adapun strategi tersebut adalah:

1. Adanya komunikasi antar pelatih dan murid, yang mana dimaksudkan adalah komunikasi antara anak dan pelatih harus nyaman dan hingga membuat anak percaya kepada pelatih
2. Pendekatan mendalam antar pelatih dan murid, yang mana dimaksudkan adalah antara pelatih dan murid harus saling percaya bahwa anak tersebut bisa melakukan renang
3. Pemberian pujian, yang dimaksudkan adalah setelah anak mencapai keberhasilan haruslah diberikan apresiasi atau puja atas apa yang telah dilakukan
4. Pemberian contoh atau metode yang nyaman,
5. sebagai pelatih haruslah memberikan contoh yang baik dan benar agar anak mampu mengikuti step-step yang diberikan.
6. Memberikan pembebasan mengeksplor, sebagai pelatih harus memberikan kebebasan kepada anak untuk memilih hal apa yang membuatnya nyaman untuk berlatih.
7. Melakukan evaluasi atas pencapaiannya yang mana dimaksud adalah mengevaluasi setiap Langkah yang telah di capai oleh anak tersebut atas apa yang harus di perbaiki dan apa yang harus ditingkatkan.

Dengan pemberian strategi ini telah memberikan dampak kepada keseharian anak-anak karena telah meningkatkan kepercayaan diri yang ada pada dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Susanto. *Perkembangan Anak Usia Dini: pengantar dalam berbagai aspeknya.* (Indonesia: Kencana, 2011)
- Fahreza okta setyawan, dkk. *BUKU AJAR RENANG.* ((n.p.): Media Nusa Creative (MNC Publishing), 2022)
- <http://dx.doi.org/10.22373/jie.v3i2.7121>
- <http://dx.doi.org/10.24036/4.33355>
- <https://doi.org/10.33369/dr.v20i1.21963>
- 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

- Marhayati, N., Chandra, P., & Fransisca, M. (2020). Pendekatan Kognitif Sosial pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *DAYAH: Journal of Islamic Education*, 3(2)
- Novan Ardi Wiyani. Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini. Panduan bagi orang tua dan pendidik paud dalam memahami serta mendidik anak usia dini (Yogyakarta: Gava Media, 2014)
- Sandra Arhesa. Buku Jago Renang. (Ukraina: cemerlang, 2020)
- Sin, T. H. (2019). Efektifitas metode belajar renang dengan bantuan teman untuk meningkatkan kepercayaan diri atlit. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 3(3), 168-170
- Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D, (Bandung: Alfabeta), 2016