

Tingkat Keterampilan Dasar Renang Anak Usia Prasekolah di NCL Aquatic Surabaya

Qhofifil Aien Tsasyahroh^{*}, Muhammad Dzul Fikri, Mokhamad Nur Bawono, Aprilyan Putra Bimantoro

Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

^{*} Correspondence: by.qfsyh@gmail.com

Abstract

The assessment of swimming skills in preschool children in non-formal institutions is often subjective, requiring an objective and measurable evaluation approach. This study aims to describe the basic swimming skills of preschool children at NCL Aquatic Surabaya using a standardized observation instrument. This quantitative descriptive study involved six children aged 4-6 years as subjects. Data collection was conducted through direct observation using an observation sheet covering seven aspects of basic swimming skills. The data were analyzed descriptively by calculating the mean and standard deviation and categorizing the total scores into three levels of ability. The results showed that two children (33.3%) were in the Good category and four children (66.7%) were in the Moderate category. Arm movements received the highest average score (3.67), while water familiarization, entering the pool, and movement combinations received the lowest scores (3.33). In conclusion, the basic swimming skill level of preschool children at NCL Aquatic Surabaya was generally in the Moderate category, and more focused training is needed on aspects that require adaptation to the aquatic environment and complex movement coordination.

Keyword: Basic swimming skills; preschool-aged children; standardized observation; objective assessment; evidence-based swimming instruction

Abstrak

Penilaian keterampilan renang anak usia prasekolah di lembaga nonformal sering kali masih bersifat subjektif, sehingga dibutuhkan pendekatan evaluasi yang objektif dan terukur. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat keterampilan dasar renang anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya dengan menggunakan instrumen observasi yang terstandar. Penelitian deskriptif kuantitatif ini melibatkan enam anak usia 4-6 tahun sebagai subjek. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung menggunakan lembar observasi yang mencakup tujuh aspek keterampilan dasar renang. Data dianalisis secara deskriptif dengan menghitung mean dan standar deviasi, serta mengategorikan skor total ke dalam tiga tingkat kemampuan. Hasil menunjukkan bahwa dua anak (33,3%) berada dalam kategori Baik dan empat anak (66,7%) dalam kategori Sedang. Gerakan lengan memperoleh skor rata-rata tertinggi (3,67), sedangkan pengenalan air, masuk kolam, dan kombinasi gerakan memiliki skor terendah (3,33). Simpulannya, tingkat keterampilan dasar renang anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya umumnya berada pada kategori Sedang, dan diperlukan latihan yang lebih terfokus pada aspek-aspek yang memerlukan adaptasi lingkungan air serta koordinasi gerak yang kompleks.

Kata kunci: Keterampilan dasar renang; anak usia prasekolah; observasi terstandar; penilaian objektif; pembelajaran renang berbasis bukti

Received: 28 Oktober 2025 | Revised: 6, 7, 21 Januari, 5 Februari 2026

Accepted: 10 Februari 2026 | Published: 2 Maret 2026



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Renang merupakan olahraga air yang bermanfaat bagi perkembangan fisik, mental, dan sosial anak. Keterampilan renang usia prasekolah berkontribusi pada kesiapan motorik, kepercayaan diri, dan kompetensi keselamatan air, sehingga direkomendasikan menjadi bagian dari pendidikan akuatik pada masa prasekolah. Pada usia ini, anak berada dalam fase perkembangan motorik dasar yang sangat pesat, sehingga stimulasi melalui aktivitas air menjadi sangat efektif bagi peningkatan kemampuan gerak. Penelitian-penelitian mutakhir menunjukkan bahwa program renang terstruktur mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar, keseimbangan, dan kepercayaan diri anak.

Namun, di Indonesia kajian tentang keterampilan renang anak usia prasekolah masih terbatas. Penelitian ini berupaya mendeskripsikan tingkat keterampilan dasar renang anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya sebagai upaya memberikan gambaran empiris objektif dan acuan evaluasi berbasis bukti (evidence-based practice). Masa prasekolah (usia 4-6 tahun) dikenal sebagai golden age, yaitu periode penting bagi percepatan pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama pada aspek fisik dan keterampilan motorik. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa usia ini merupakan fase sensitif bagi penguasaan keterampilan dasar seperti koordinasi, keseimbangan, serta kemampuan gerak kasar yang menjadi fondasi bagi aktivitas fisik lebih kompleks di kemudian hari (He et al., 2024; Zhao et al., 2024; Koolwijk et al., 2024).

Pada tahap ini, anak sangat responsif terhadap stimulasi gerak melalui permainan dan aktivitas fisik yang terarah. Salah satu bentuk aktivitas yang efektif untuk menstimulasi perkembangan motorik tersebut adalah olahraga renang. Aktivitas renang berperan penting dalam mendukung perkembangan motorik kasar, kekuatan otot, serta kepercayaan diri anak ketika berinteraksi dengan lingkungan air. Sejumlah penelitian mutakhir menunjukkan bahwa keterampilan renang yang diperoleh sejak usia prasekolah berhubungan positif dengan keseimbangan tubuh, kemampuan motorik kasar, serta kesiapsiagaan terhadap keselamatan di air (Minkels et al., 2025; Sundan et al., 2023).

Namun, sebagian besar penelitian tersebut berfokus pada anak usia Sekolah Dasar, sedangkan penerapan pada kelompok prasekolah masih jarang dilakukan. Dalam konteks long-term athlete development (LTAD), tahap usia 4-6 tahun masuk dalam fase awal pembinaan (active start), yang menekankan pengembangan keterampilan motorik fundamental dan pengalaman gerak yang luas. Menurut (Giacomo-maika et al., 2021:78) anak pada fase ini harus diberikan pengalaman akuatik yang beragam untuk membangun koordinasi, kontrol pernapasan, keseimbangan, serta rasa aman di air. Penelitian keterampilan renang dasar pada usia prasekolah menjadi penting karena fase ini merupakan periode sensitif bagi penguasaan keterampilan motorik fundamental.

Penguasaan keterampilan dasar sejak awal memastikan anak memiliki fondasi yang kuat untuk teknik renang lanjutan, meningkatkan keselamatan di air, dan mendukung kesiapan fisik untuk tahap pembinaan berikutnya dalam kerangka LTAD. Oleh karena itu, penguasaan keterampilan dasar renang pada usia prasekolah bukan hanya kebutuhan keselamatan, tetapi juga elemen fundamental dalam persiapan jangka panjang bagi kemampuan renang anak. Studi oleh (Sundan et al., 2023) bahkan menekankan perlunya adaptasi pendekatan pembelajaran dan penilaian renang berbasis perkembangan, terutama

untuk anak usia di bawah lima tahun yang memiliki karakteristik belajar dan kemampuan motorik berbeda dari anak usia sekolah.

Dengan demikian, pembelajaran renang anak usia prasekolah tidak hanya berorientasi pada teknik, tetapi juga pada pengembangan karakter dan kesiapan fisik anak secara menyeluruh. Namun demikian, di Indonesia kajian mengenai penilaian keterampilan renang anak usia prasekolah masih relatif terbatas. Sebagian besar lembaga pendidikan maupun sekolah renang anak masih menggunakan penilaian yang bersifat subjektif dan belum mengacu pada standar yang teruji secara ilmiah. Salah satu penelitian yang berperan penting dalam pengembangan alat ukur terstandar dilakukan oleh (Susanto, 2010) dari Universitas Negeri Yogyakarta, yang merancang “pengembangan tes keterampilan renang anak usia prasekolah”.

Penelitian ini menilai tujuh aspek utama, yaitu pengenalan air, masuk dalam kolam, gerakan lengan, gerakan tungkai, koordinasi, dan kontrol pernapasan, dan telah terbukti valid serta reliabel sebagai alat evaluasi keterampilan dasar renang anak. Sayangnya, penerapan instrumen penilaian keterampilan renang anak usia prasekolah masih jarang dilakukan secara sistematis, terutama pada lembaga pelatihan non-formal seperti NCL Aquatic Surabaya. Padahal, penggunaan alat ukur yang terstruktur sangat penting untuk memperoleh gambaran objektif mengenai tingkat keterampilan anak sekaligus menilai efektivitas program pembelajaran yang diterapkan. Penggunaan evaluasi yang sistematis dan berbasis bukti terbukti dapat meningkatkan kualitas proses pembelajaran (Pratama, 2023).

Dalam pembelajaran renang untuk anak prasekolah, hal ini membantu instruktur menilai tingkat keterampilan dasar secara objektif, sehingga intervensi atau latihan yang diberikan dapat lebih tepat sasaran. Di lapangan, penilaian keterampilan renang anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya masih banyak bergantung pada pengamatan subjektif pelatih, tanpa dukungan data kuantitatif yang sistematis. Kondisi ini menyebabkan informasi tentang capaian kemampuan anak belum tergambarkan secara objektif, sehingga menyulitkan proses evaluasi maupun pengembangan strategi pembelajaran yang tepat sasaran. Oleh karena itu, penerapan instrumen observasi terstandar yang dikembangkan oleh (Susanto, 2010) menjadi langkah strategis untuk memastikan bahwa proses pembelajaran renang anak usia prasekolah dapat berlangsung secara terukur, terarah, dan berbasis data ilmiah.

Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya mengisi kekosongan data empiris yang ada, tetapi juga memberikan model evaluasi praktis yang dapat diterapkan oleh pelatih dan lembaga pembinaan renang anak usia prasekolah. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan program pembelajaran renang anak usia prasekolah yang lebih efektif, terarah, dan berbasis bukti (evidence-based), terutama dalam konteks evaluasi kemampuan dan perencanaan pelatihan yang didasarkan pada data objektif dan terstandar. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan memperkaya kajian dalam bidang pembelajaran keterampilan motorik dasar pada olahraga air, sedangkan secara praktis memberikan acuan evaluatif bagi pelatih, lembaga, dan orang tua dalam mendukung perkembangan kemampuan renang anak usia prasekolah.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain observasional deskriptif, yaitu pengumpulan data dilakukan sekali tanpa pemberian perlakuan terhadap subjek penelitian. Penelitian ini dikategorikan sebagai studi awal (*pilot study*) karena jumlah sampel terbatas, sehingga hasilnya difokuskan sebagai gambaran awal mengenai keterampilan renang dasar anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya. Target penelitian adalah anak usia prasekolah (4-6 tahun) yang mengikuti program latihan di NCL Aquatic Surabaya. Subjek penelitian berjumlah enam anak, yang dipilih menggunakan *convenience sampling*, yaitu pemilihan subjek berdasarkan ketersediaan dan kemudahan akses dalam konteks latihan reguler.

Adapun kriteria inklusi meliputi anak berusia 4-6 tahun, mengikuti latihan renang minimal tiga bulan, serta mendapat izin tertulis dari orang tua untuk berpartisipasi. Penelitian ini juga telah mendapatkan persetujuan etik dari lembaga terkait. Instrumen penelitian berupa lembar observasi yang diadaptasi dari “tes keterampilan renang anak usia prasekolah” oleh (Susanto, 2010), yang mencakup 7 aspek keterampilan dasar renang. Dengan validitas isi instrumen isi dibuktikan melalui *expert judgement* dengan rentang nilai 0,80-1,00 dan reliabilitas Cronbach’s Alpha sebesar 0,994, menunjukkan konsistensi yang sangat tinggi. Adapun instrumennya sebagai berikut:

Table 1. Instrumen tes keterampilan renang anak usia prasekolah (Susanto, 2010)

Pengenalan Air			(√)
Level	Aspek yang Dinilai		
1	Tidak mau masuk ke dalam kolam atau takut air		
2	Secara sukarela masuk ke dalam kolam tetapi tingkat ketakutan terhadap air lebih sedikit		
3	Mau masuk kolam tanpa ketakutan		
Masuk Dalam Kolam			
Level	Aspek Yang Dinilai		
1	Tidak mau masuk kedalam kolam		
2	Diberi contoh dengan memasukkan kaki terlebih dahulu		
3	Memasukkan kaki terlebih dahulu tanpa contoh		
4	Diberi contoh memasukkan muka terlebih dahulu		
5	Memasukkan muka terlebih dahulu tanpa contoh		
Kontrol Pernapasan			
Level	Aspek Yang Dinilai		
1	Bernafas dengan bantuan pegangan		
2	Bernafas dengan gerakan menyemburkan air dari mulut		
1	Bernafas dengan memasukkan muka sampai hidung ke dalam air		
2	Melakukan pengulangan gerakan ambil nafas		
3	Bernafas dengan keseluruhan muka masuk ke dalam air dengan gerakan renang sederhana		
Mengapung			
Level	Aspek Yang Dinilai		
1	Tidak mengapung		
2	Mengapung dengan bantuan pendamping		
3	Mengapung dengan komando/instruksi		
4	Mengapung tanpa komando/instruksi		
5	-		
Gerakan Lengan			
Level	Aspek Yang Dinilai		
1	Tidak ada gerakan lengan		

- 2 Dorongan pendek ke arah bawah
- 3 Terdapat gerakan tarikan dan dorongan yang belum penuh
- 4 Dorongan maju
- 5 -

Gerakan Tungkai

Level	Aspek Yang Dinilai
1	Tidak ada gerakan tungkai
2	Gerakan kaki seperti mengayuh sepeda
3	Seperti gerakan merangkak
4	Gerakan lutut sampai tungkai bawah tidak teratur
5	Gerakan lutut sampai tungkai bawah teratur

Gerakan Kombinasi/Renang Lengkap

Level	Aspek Yang Dinilai
1	Dapat berenang namun dengan berhenti di tengah/ injak-injak air
2	Dapat berenang dengan gerakan terputus/tidak stabil
3	Dapat berenang namun posisi badan tidak sejajar permukaan air
4	Dapat berenang gaya bebas dengan luwes
5	Dapat berenang dengan gerakan keseluruhan dan luwes

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung oleh rater terhadap pelaksanaan tes pada anak usia prasekolah dalam satu sesi observasi yang disesuaikan dengan jadwal latihan anak. Teknik analisis data pada penelitian ini, data yang diperoleh dari hasil observasi keterampilan dasar renang dianalisis secara deskriptif. Statistik deskriptif, meliputi nilai minimum, maksimum, rata-rata (*mean*), dan standar deviasi (SD) dihitung untuk setiap aspek keterampilan, sehingga diperoleh gambaran sebaran dan kecenderungan kemampuan peserta. Penggunaan statistik deskriptif dipilih karena penelitian ini bersifat studi awal dengan jumlah sampel yang terbatas, sehingga analisis difokuskan untuk melihat kecenderungan dan sebaran kemampuan peserta.

Instrumen penilaian mencakup tujuh aspek keterampilan dasar renang. Setiap aspek dinilai menggunakan skala bertingkat yang dimulai dari skor 1 sebagai level kemampuan terendah. Dengan demikian, skor total minimum yang dapat diperoleh peserta adalah 7, sedangkan skor maksimum adalah 31. Total skor setiap peserta diperoleh dengan menjumlahkan skor dari seluruh aspek penilaian. Selanjutnya, skor total tersebut dikategorikan ke dalam tiga tingkat kemampuan, yaitu baik, sedang, dan kurang. Kategorisasi ini disusun berdasarkan adaptasi prinsip penilaian keterampilan renang anak usia prasekolah yang dikembangkan oleh (Susanto, 2010), dengan penyesuaian pada rentang skor sesuai karakteristik instrumen dan data penelitian ini. Rentang kategori yang digunakan adalah sebagai berikut.

Table 2. Rentang skor dan kategori (Susanto, 2010)

Aspek	Rentang Skor	Kategori
Tes keterampilan renang	28-31	Baik
anak prasekolah	16-27	Sedang
	7-15	Kurang

Berdasarkan tabel 2 rentang skor dan kategori (Susanto, 2010), pengkategorian tingkat keterampilan dasar renang anak usia prasekolah dibagi menjadi tiga kelompok berdasarkan total skor yang diperoleh dari tujuh aspek penilaian. Kategori “Baik” diberikan kepada

peserta yang mencapai total skor antara 28 hingga 31, yang menunjukkan penguasaan yang komprehensif terhadap berbagai aspek keterampilan dasar renang. Kategori “Sedang” mencakup rentang skor 16 hingga 27, mengindikasikan bahwa peserta telah memiliki kemampuan dasar namun masih memerlukan peningkatan dan penyempurnaan pada beberapa aspek.

Sementara itu, kategori “Kurang” dialokasikan untuk skor 7 hingga 15, yang merefleksikan perlunya latihan lebih intensif dan pendekatan pembelajaran yang lebih terstruktur untuk membangun fondasi keterampilan renang. Kategorisasi ini digunakan sebagai acuan dalam menganalisis dan menginterpretasi hasil tes keterampilan renang peserta, sehingga memberikan gambaran yang objektif dan terukur mengenai tingkat kemampuan awal anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya.

Hasil

Hasil pengamatan terhadap enam anak menunjukkan adanya variasi tingkat keterampilan dasar renang pada tiap peserta. Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai kondisi awal subjek penelitian, disajikan terlebih dahulu data karakteristik responden yang meliputi aspek usia, jenis kelamin, dan lama mengikuti latihan renang. Rangkuman hasil pengolahan data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Table 3. Karakteristik peserta

No.	Nama	Umur	Karakteristik	
			Jenis Kelamin	Lama Latihan
1.	FF	6 thn	Perempuan	3 bulan
2.	JY	6 thn	Perempuan	3 bulan
3.	YN	4 thn	Perempuan	6 bulan
4.	PA	5 thn	Laki-Laki	6 bulan
5.	AA	4 thn	Laki-Laki	3 bulan
6.	KY	4 thn	Perempuan	3 bulan

Setelah mengetahui karakteristik peserta, dilakukan penilaian pada tujuh aspek keterampilan dasar renang, meliputi kemampuan pengenalan air, masuk kolam, pernapasan, mengapung, gerakan lengan, gerakan tungkai, dan kombinasi gerakan. Karakteristik peserta penelitian ini terdiri dari enam anak usia prasekolah (4-6 tahun) yang mengikuti program latihan renang di NCL Aquatic Surabaya. Berdasarkan tabel 3, peserta terdiri dari empat perempuan dan dua laki-laki dengan distribusi usia, dua anak berusia 6 tahun, satu anak berusia 5 tahun, dan tiga anak berusia 4 tahun. Dari segi lama latihan, dua anak telah berlatih selama 6 bulan, sementara empat anak lainnya telah berlatih selama 3 bulan. Tidak ada peserta yang memiliki lama latihan kurang dari 3 bulan, sehingga seluruh subjek telah memenuhi kriteria minimal pengalaman berlatih sesuai dengan desain penelitian. Rata-rata skor tiap aspek ditampilkan pada tabel 4, sehingga dapat terlihat keterampilan yang sudah dikuasai dan yang perlu perbaikan lebih lanjut

Table 4. Rata-rata skor per aspek keterampilan

Aspek	N	Minimum	maximum	Mean	Std. deviasi
Pengenalan Air	6	3	4	3,33	0,52
Masuk Kolam	6	3	4	3,33	0,52
Pernapasan	6	3	4	3,50	0,55
Mengapung	6	3	4	3,50	0,55
Gerakan Lengan	6	3	4	3,67	0,52
Gerakan Tungkai	6	3	4	3,50	0,55
Kombinasi Gerakan	6	3	4	3,33	0,52

Berdasarkan tabel 4 rata-rata skor per aspek keterampilan, dapat dijelaskan bahwa seluruh aspek keterampilan dasar renang menunjukkan variasi pencapaian di antara keenam peserta. Skor minimum untuk setiap aspek adalah 3, sedangkan skor maksimum mencapai 4, yang mengindikasikan bahwa tidak ada peserta yang berada pada level kemampuan terendah (skor 1 atau 2) dalam penilaian ini. Secara rata-rata, gerakan lengan mencatat mean tertinggi (3,67) dengan standar deviasi 0,52, menandakan bahwa aspek ini relatif lebih dikuasai dan konsisten di antara peserta. Sementara itu, pengenalan air, masuk kolam, dan kombinasi gerakan memiliki mean terendah (masing-masing 3,33) dengan standar deviasi 0,52, yang menunjukkan bahwa ketiga aspek ini masih memerlukan perhatian dan penguatan lebih lanjut.

Aspek pernapasan, mengapung, dan gerakan tungkai berada pada posisi menengah dengan mean 3,50 dan standar deviasi 0,55, mengisyaratkan pencapaian yang cukup namun masih terdapat ruang untuk peningkatan. Secara keseluruhan, profil keterampilan peserta cenderung stabil dengan variasi yang tidak terlalu lebar, sebagaimana tercermin dari nilai standar deviasi yang berkisar antara 0,52-0,55. Selanjutnya, total skor tiap peserta dihitung dari seluruh indikator, kemudian dikategorikan menjadi baik, sedang, atau kurang sesuai (Susanto, 2010), yang dirangkum pada tabel 5 berikut.

Table 5. Hasil tes peserta

No.	Nama Anak	Total Skor	Kategori
1.	FF	28	Baik
2.	JY	28	Baik
3.	YN	24	Sedang
4.	PA	23	Sedang
5.	AA	21	Sedang
6.	KY	21	Sedang

Berdasarkan tabel 5 hasil tes peserta, dapat disimpulkan bahwa terdapat variasi dalam tingkat keterampilan dasar renang di antara keenam anak usia prasekolah yang menjadi subjek penelitian. Secara keseluruhan, dua peserta yaitu FF dan JY masing-masing memperoleh total skor 28 dan dikategorikan dalam tingkat baik. Sementara itu, empat peserta lainnya, yaitu YN (skor 24), PA (skor 23), AA (skor 21), dan KY (skor 21), berada dalam kategori sedang. Dengan demikian, dapat dijelaskan bahwa sebagian besar peserta (66,7%) berada pada kategori Sedang, sedangkan sepertiga peserta (33,3%) telah mencapai kategori

baik. Tidak ada peserta yang masuk dalam kategori kurang, yang mengindikasikan bahwa seluruh anak telah memiliki dasar keterampilan renang yang memadai meskipun masih terdapat ruang untuk peningkatan, khususnya pada aspek-aspek yang memperoleh skor rata-rata lebih rendah. Hasil total skor ini kemudian divisualisasikan melalui diagram batang untuk mempermudah pembaca dan pelatih melihat perbandingan tingkat keterampilan antar peserta, sekaligus mengidentifikasi aspek yang sudah dikuasai dan yang perlu perbaikan lebih lanjut.

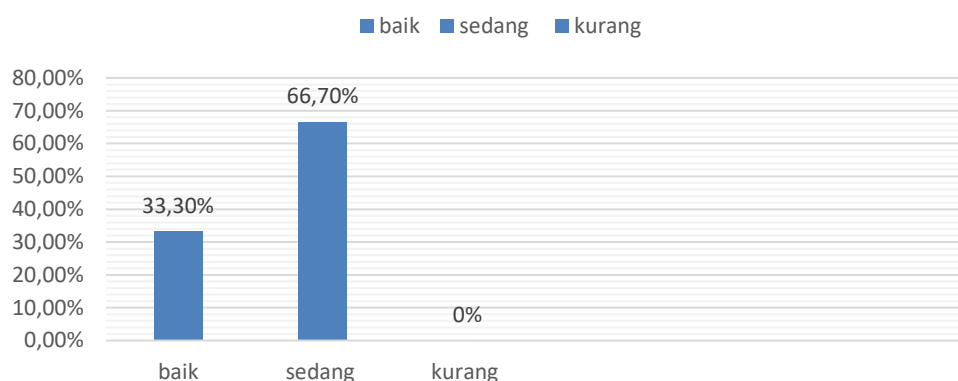


Diagram 1. Distribusi kategori keterampilan dasar renang anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya

Berdasarkan diagram 1 distribusi kategori keterampilan dasar renang anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya, terlihat bahwa dari enam peserta, sebagian besar (66,70%) berada pada kategori “Sedang”. Sementara itu, 33,30% peserta telah mencapai kategori “Baik”, dan tidak ada peserta yang termasuk dalam kategori “Kurang”. Distribusi ini menunjukkan bahwa secara umum, anak-anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya telah memiliki dasar keterampilan renang yang cukup, dengan sepertiga di antaranya menunjukkan kemampuan yang baik. Tidak adanya peserta dalam kategori “Kurang” mengindikasikan bahwa program pembelajaran yang diterapkan telah berhasil memberikan fondasi keterampilan minimal pada seluruh anak, meskipun masih terdapat ruang untuk peningkatan, terutama dalam mengoptimalkan kemampuan anak dari kategori “Sedang” menuju “Baik”.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya variasi tingkat keterampilan dasar renang anak usia prasekolah di NCL *Aquatic* Surabaya, dengan sebagian besar anak berada pada kategori Sedang dan dua anak pada kategori Baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa anak telah menunjukkan kemampuan awal pada seluruh aspek keterampilan dasar renang, meskipun beberapa aspek seperti pengenalan air, masuk kolam, dan kombinasi gerakan masih memerlukan penguatan lebih lanjut. Seperti terlihat pada tabel hasil pengukuran, gerakan lengan memiliki skor rata-rata tertinggi (3,67), menunjukkan bahwa peserta paling baik menguasai aspek ini. Hal ini wajar karena gerakan lengan relatif sederhana dan dapat

dipelajari lebih cepat oleh anak usia prasekolah, yang motorik halusnya sudah cukup berkembang untuk menggerakkan tangan secara terkoordinasi.

Sebaliknya, pengenalan air, masuk kolam, dan kombinasi gerakan memiliki skor rata-rata terendah (3,33). Kondisi ini masuk akal, mengingat aspek-aspek tersebut menuntut adaptasi terhadap lingkungan air dan koordinasi seluruh tubuh, yang termasuk keterampilan kompleks bagi anak usia 4-6 tahun. Pengenalan air dan masuk kolam memerlukan keberanian serta kemampuan menyesuaikan diri di air, sedangkan kombinasi gerakan menuntut sinkronisasi tangan, kaki, dan pernapasan sekaligus, sehingga anak-anak masih memerlukan bimbingan lebih lanjut. Temuan ini sejalan dengan (Sinclair & Roscoe, 2023) yang menunjukkan bahwa aspek koordinasi dan sinkronisasi gerakan dalam renang memerlukan penguasaan motorik fundamental, dan aspek kompleks cenderung lebih lambat dikuasai pada usia prasekolah.

Aspek lainnya, yaitu pernapasan, mengapung, dan gerakan tungkai, berada pada nilai menengah (mean 3,50), yang berarti cukup dikuasai namun tetap dapat ditingkatkan melalui latihan terfokus. Fakta ini menegaskan bahwa, meskipun anak-anak sudah menunjukkan kemampuan dasar, beberapa keterampilan kompleks masih memerlukan perhatian tambahan dari pelatih. Kondisi ini sejalan dengan teori (Koolwijk et al., 2024) yang menyatakan bahwa anak usia 4-6 tahun masih berada pada tahap *fundamental movement skills*, di mana kemampuan koordinatif dan kontrol gerak belum sepenuhnya matang. Dengan demikian, data ini memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai kekuatan dan area yang perlu perbaikan, sehingga program latihan dapat dirancang secara lebih spesifik sesuai kebutuhan masing-masing peserta.

Selain itu, temuan di lapangan memperlihatkan bahwa anak dengan rutinitas latihan yang konsisten menunjukkan perkembangan motorik yang lebih baik. Studi *effect of swimming initiation period and continuation frequency* (Kano et al., 2024) menegaskan bahwa frekuensi dan konsistensi latihan renang berpengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik anak, sehingga latihan rutin di NCL Aquatic dapat menjelaskan perbedaan skor antar peserta. Skor tinggi yang diperoleh FF dan JY menggambarkan bahwa pengalaman positif di lingkungan air dan pembiasaan latihan berperan besar terhadap peningkatan keterampilan dasar renang anak. Sebaliknya, AA, KY, YN dan PA yang memperoleh skor lebih rendah menunjukkan tantangan umum dalam hal koordinasi gerakan penuh dan kontrol pernapasan.

Program pembelajaran renang di NCL Aquatic Surabaya yang dilakukan secara konsisten dan dalam suasana menyenangkan terbukti memberikan dampak positif terhadap kepercayaan diri, keberanian, dan kemampuan koordinatif anak. Hal ini didukung oleh penelitian lokal seperti *efektivitas pembelajaran renang berbasis permainan air* (Dewi et al., 2021) dan *the effect of water games on gross motor skills in early childhood* (Marwan & Rohayati, 2025) yang menunjukkan bahwa penggunaan permainan air sebagai media pembelajaran renang meningkatkan koordinasi, kontrol gerak, dan rasa percaya diri anak. Penelitian lain oleh (Sriningsih et al., 2022) juga menunjukkan bahwa dukungan pelatih dan lingkungan latihan yang positif berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri anak.

Hasil tersebut sejalan dengan (Amalia et al., 2024; Sundan et al., 2023) yang menekankan pentingnya penerapan *developmentally appropriate practice*, yakni metode

pembelajaran yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak untuk meningkatkan kepercayaan diri, koordinasi, dan kontrol gerak. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat pandangan (Susanto, 2010) bahwa perkembangan keterampilan renang anak berlangsung bertahap, mulai dari pengenalan air hingga tercapainya koordinasi penuh. Penggunaan instrumen observasi terstruktur dalam penelitian ini membantu memperoleh data empiris yang objektif dan mengurangi subjektivitas penilaian pelatih. Hal ini sejalan dengan prinsip *evidence-based practice* (Salabi et al., 2023) serta pandangan (Minkels et al., 2025) yang menegaskan pentingnya evaluasi sistematis berbasis data dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran renang anak usia prasekolah.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, desain longitudinal atau eksperimental, serta pengukuran faktor pendukung lain agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai efektivitas program pembelajaran renang anak usia prasekolah. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar empiris bagi pelatih dan lembaga pendidikan nonformal dalam merancang program pembelajaran renang yang lebih adaptif dan berbasis bukti (*evidence-based practice*) bagi anak usia prasekolah.

Simpulan

Tingkat keterampilan dasar renang enam anak usia prasekolah di NCL Aquatic Surabaya secara deskriptif berada pada kategori Sedang, dengan dua anak mencapai kategori Baik. Hasil analisis menunjukkan bahwa gerakan lengan merupakan aspek yang relatif paling dikuasai oleh peserta, sedangkan pengenalan air, masuk kolam, dan kombinasi gerakan merupakan aspek dengan capaian terendah dan memerlukan prioritas perbaikan dalam program pembelajaran. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun anak usia prasekolah telah memiliki kemampuan dasar dalam beradaptasi dengan aktivitas renang, keterampilan yang menuntut adaptasi air dan koordinasi gerak yang kompleks masih memerlukan latihan yang lebih terstruktur dan bertahap.

Penggunaan instrumen observasi terstandar yang dikembangkan oleh (Susanto, 2010) terbukti mendukung evaluasi pembelajaran yang objektif dan berbasis data dalam konteks studi percontohan. Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar awal bagi pelatih dan lembaga pendidikan nonformal dalam merancang program pembelajaran renang anak usia prasekolah yang lebih terarah, sesuai karakteristik perkembangan anak, dan berbasis bukti.

Pernyataan Penulis

Yang bertanda tangan di bawah ini, Penulis dari artikel ilmiah berjudul "Tingkat Keterampilan Dasar Renang Anak Usia Prasekolah di NCL Aquatic Surabaya" Dengan ini menyatakan bahwa.

1. Artikel ini merupakan karya asli penulis dan bebas dari plagiarisme (termasuk self-plagiarism).
2. Artikel ini belum pernah dipublikasikan di jurnal, prosiding, atau media sejenis lainnya, dan tidak sedang dalam proses pertimbangan publikasi di jurnal atau media lain pada saat yang bersamaan.
3. Semua penulis (Qhofifil Aien Tsasyahroh, Muhammad Dzul Fikri, Mokhamad Nur

Bawono, Aprilyan Putra Bimantoro. bertanggung jawab penuh atas isi dan kebenaran data dalam artikel ini.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh tanggung jawab untuk diproses lebih lanjut oleh Jurnal Porkes.

Daftar Pustaka

- Amalia, E., Sari, I. I., Purwaningsih, T. E., & Abdillah, H. (2024). Implementasi Pembelajaran Berenang dalam Mengembangkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini di TK Dharma Wanita Keboansikep. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(6), 7966–7975. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i6.2360>
- Dewi, K. A. K., Indrawan, I. K. A. P., & Juliartha, I. M. S. (2021). Efektivitas Pembelajaran Renang Berbasis Permainan Air dalam Meningkatkan Koordinasi Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 167–186.
- Giacomo-maika, A. Di, Hoar, S., & Atkinson, J. (2021). Appropriate Athlete Development And Athlete Development Matrix.
- He, Y., Zhou, L., Liang, W., Liu, Q., Liu, W., & Wang, S. (2024). Individual, Family, and Environmental Correlates of Fundamental Motor Skills Among School-Aged Children: a cross-Sectional Study in China. *BMC Public Health*, 24(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17728-2>
- Kano, H., Ebara, T., Matsuki, T., Tamada, H., Yamada, Y., Kato, S., Kaneko, K., Matsuzaki, K., Sato, H., Minato, K., Sugiura-Ogasawara, M., Saitoh, S., & Kamijima, M. (2024). Effect of Swimming Initiation Period and Continuation Frequency on Motor Competence Development in Children Aged up to 3 Years: the Japan Environment and Children's Study. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s13102-024-00980-9>
- Koolwijk, P., de Jonge, E., Mombarg, R., Remmers, T., Van Kann, D., van Aart, I., Savelsbergh, G., & de Vries, S. (2024). Changes in Motor Competence of 4–8-Year-Old Children: A Longitudinal Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(2). 1-10. <https://doi.org/10.3390/ijerph21020190>
- Koolwijk, P., Hoeboer, J., Mombarg, R., Savelsbergh, G. J. P., & de Vries, S. (2024). Fundamental Movement Skill Interventions in Young Children: a Systematic Review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(7), 1661–1683. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2210597>
- Marwan, I., & Rohayati, N. (2025). The Effect of Smart Kiddo Games on Fine and Gross Motor Skills in Early Childhood. *TEM Journal*, 14(1). 1-10. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=1320700>
- Minkels, C., van der Kamp, J., de Vries, R., & Beek, P. J. (2025). Learning How to Swim in 5- to 12-year-Old Children: a Scoping Review of Evidence-Based Motor Learning Methods. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7(February). 1-10 <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1505301>
- Pratama, G. (2023). Evaluasi Program Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Tanjungpandan Kabupaten Belitung. *Accident Analysis and Prevention*, 183(2), 153–164.

- Salabi, A. S., Muadin, A., & Prasetyo, M. A. M. (2023). Improving the Quality of Learning Organizations through School Effectiveness. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 15(1), 243–254. <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v15i1.2321>
- Sinclair, L., & Roscoe, C. M. P. (2023). The Impact of Swimming on Fundamental Movement Skill Development in Children (3–11 Years): A Systematic Literature Review. *Children*, 10(8). <https://doi.org/10.3390/children10081411>
- Sriningsih, S., Solihin, A. O., & Komariah, S. (2022). Kepercayaan Diri Anak Usia Dini di Kolam Renang. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 11(1), 63-73. <https://journal.upgripnk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/3182>
- Sundan, J., Haga, M., & Lorås, H. (2023). Development and Content Validation of the Swimming Competence Assessment Scale (SCAS): A Modified Delphi Study. *Perceptual and Motor Skills*, 130(4), 1762–1780. <https://doi.org/10.1177/00315125231177403>
- Susanto, E. (2010). Pengembangan Tes Keterampilan Renang Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 14(2), 1-10. <https://scholarhub.uny.ac.id/jpep/vol14/iss2/1/>
- Zhao, M., Chen, C., Ning, P., Zhang, B. W., & Shen, Y. (2024). Exploring the Structural Validity and Reliability of the Swimming Competence Assessment Scale in College Students. *Frontiers in Public Health*, 12(November), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1476732>