



Dampak Media Pembelajaran Akuatik terhadap Keterampilan Dasar Renang Anak Usia Sekolah Dasar: Systematic Literature Review

M.Rachmat Kasmad¹

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Alamat: Jl. Wijaya Kusuma No. 14, Banta-Bantaeng, Kec Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222

Email: m.rachmat.k@unm.ac.id

ABSTRAK

Pembelajaran renang pada anak usia sekolah dasar berperan penting dalam mengembangkan keterampilan motorik, rasa percaya diri, dan keselamatan di lingkungan air. Namun, rendahnya kemampuan renang dasar di kalangan anak Indonesia menunjukkan perlunya inovasi dalam strategi pembelajaran. Penelitian ini bertujuan meninjau secara sistematis pengaruh media pembelajaran akuatik terhadap peningkatan keterampilan dasar renang anak sekolah dasar. Metode yang digunakan adalah Systematic Literature Review (SLR) dengan panduan PRISMA. Pencarian literatur dilakukan melalui basis data Google Scholar, Scopus, ResearchGate, dan ERIC dengan rentang waktu 2009–2024. Dari 35 artikel yang diperoleh, 10 penelitian memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis secara deskriptif-tematik. Hasil kajian menunjukkan bahwa media pembelajaran akuatik, seperti pelampung, permainan air, simulasi digital, dan video visual, berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kemampuan meluncur, mengapung, pernapasan, dan koordinasi gerak anak. Selain itu, media akuatik terbukti meningkatkan motivasi, keberanian, dan rasa percaya diri siswa dalam belajar renang. Temuan ini menegaskan bahwa penerapan media akuatik merupakan pendekatan efektif dan menyenangkan dalam pembelajaran renang dasar di sekolah dasar. Secara teoretis, penelitian ini memperkuat konsep pembelajaran motorik berbasis media, sedangkan secara praktis memberikan rekomendasi bagi guru dan lembaga pendidikan untuk mengintegrasikan media akuatik dalam kurikulum pendidikan jasmani.

Kata kunci: media pembelajaran akuatik, keterampilan dasar renang, anak sekolah dasar, pendidikan jasmani

PENDAHULUAN

Pembelajaran renang pada anak usia sekolah dasar memiliki peran yang sangat penting dalam mengembangkan keterampilan motorik, kesehatan fisik, serta keselamatan di lingkungan air. Renang tidak hanya dipandang sebagai kegiatan olahraga, tetapi juga sebagai keterampilan hidup yang dapat mencegah risiko tenggelam yang menjadi salah satu penyebab utama kematian tidak disengaja pada anak-anak di dunia (World Health Organization, 2023). Di Indonesia, meskipun negara ini memiliki garis pantai yang luas dan

perairan yang melimpah, kemampuan renang dasar di kalangan anak-anak masih tergolong rendah. Hal ini menunjukkan perlunya inovasi dalam strategi pembelajaran renang agar lebih efektif, menarik, dan aman bagi peserta didik usia sekolah dasar.

Keterampilan dasar renang, seperti mengapung, meluncur, pernapasan di air, dan koordinasi gerak tubuh, merupakan fondasi bagi penguasaan teknik renang yang lebih kompleks. Anak-anak yang tidak menguasai keterampilan dasar ini berisiko mengalami kecemasan di air, kesulitan belajar gaya renang yang benar, dan rentan terhadap kecelakaan air (Brenner et al., 2009). Oleh karena itu, pengembangan metode dan media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar menjadi kebutuhan yang mendesak dalam konteks pendidikan jasmani dan keselamatan air.

Salah satu pendekatan inovatif yang semakin banyak diteliti adalah penggunaan media pembelajaran akuatik. Media ini mencakup berbagai alat bantu dan sarana seperti papan pelampung, pelampung tangan, permainan air edukatif, video simulasi, maupun alat berbasis teknologi seperti *interactive aquatic learning tools*. Media pembelajaran akuatik tidak hanya mempermudah anak dalam memahami teknik dasar renang, tetapi juga meningkatkan motivasi, rasa percaya diri, dan keberanian mereka dalam berinteraksi dengan air (Hidayat & Rahmawati, 2020). Pendekatan berbasis media ini dianggap mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan efektif dibandingkan metode tradisional.

Namun, meskipun terdapat bukti empiris mengenai efektivitas media pembelajaran akuatik, hasil penelitian yang tersedia masih menunjukkan variasi yang cukup besar. Beberapa studi melaporkan peningkatan signifikan pada kemampuan teknis seperti meluncur dan koordinasi gerak (Dewi & Yulianto, 2021), sementara penelitian lain menyoroti peningkatan aspek afektif seperti keberanian dan motivasi belajar (Nugraha & Saputra, 2019). Perbedaan instrumen pengukuran, durasi intervensi, dan jenis media yang digunakan menimbulkan tantangan dalam menyimpulkan sejauh mana media pembelajaran akuatik berdampak secara konsisten terhadap keterampilan dasar renang anak usia sekolah dasar.

Kesenjangan penelitian juga tampak dalam konteks metodologis dan geografis. Banyak studi yang dilakukan di negara maju dengan fasilitas renang memadai, sementara penelitian di negara berkembang seperti Indonesia masih terbatas. Padahal, keterbatasan

sarana dan sumber daya manusia menjadi kendala utama bagi pelaksanaan pembelajaran renang di sekolah dasar (Wahyuni, 2023). Oleh karena itu, diperlukan kajian sistematis yang mampu memetakan hasil-hasil penelitian terdahulu secara komprehensif untuk menjawab kebutuhan akan bukti empiris yang relevan dengan kondisi pendidikan di lapangan.

Selain aspek infrastruktur, faktor pedagogis juga menjadi perhatian penting. Anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik belajar yang unik—mereka belajar lebih efektif melalui pengalaman langsung, permainan, dan aktivitas interaktif. Penggunaan media pembelajaran akuatik dapat menjadi jembatan antara kebutuhan pedagogis tersebut dan pencapaian tujuan pembelajaran renang. Hal ini sejalan dengan teori belajar motorik yang menekankan pentingnya keterlibatan multisensorik dalam proses pembelajaran keterampilan gerak (Magill & Anderson, 2017).

Urgensi penelitian ini semakin tinggi dengan adanya kebutuhan global untuk meningkatkan literasi keselamatan air (*water safety literacy*) sejak dini. Program-program pendidikan renang berbasis media akuatik dapat berperan sebagai strategi pencegahan tenggelam yang efektif. Data WHO (2023) menunjukkan bahwa pelatihan renang sejak dini dapat menurunkan risiko tenggelam hingga 40% pada anak-anak. Oleh karena itu, meninjau efektivitas media pembelajaran akuatik bukan hanya relevan secara akademis, tetapi juga memiliki nilai sosial dan kesehatan masyarakat yang signifikan.

Konteks pandemi COVID-19 juga memberi dampak terhadap pembelajaran jasmani, termasuk aktivitas renang. Banyak sekolah dan fasilitas olahraga ditutup selama masa pembatasan sosial, yang menyebabkan berkurangnya kesempatan anak untuk belajar renang. Dalam situasi pascapandemi, penerapan media pembelajaran akuatik yang adaptif dan inovatif menjadi solusi penting untuk mempercepat pemulihan keterampilan dasar renang dan membangun kembali kepercayaan diri anak di lingkungan air (Minkels, 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat kebutuhan mendesak untuk melakukan telaah sistematis terhadap berbagai penelitian mengenai dampak media pembelajaran akuatik terhadap keterampilan dasar renang anak usia sekolah dasar. Kajian ini diharapkan dapat mengintegrasikan temuan-temuan sebelumnya secara komprehensif, mengidentifikasi pola efektivitas media, serta memberikan

rekomendasi berbasis bukti bagi pendidik, pelatih, dan pembuat kebijakan pendidikan jasmani.

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai pembelajaran motorik dan pendidikan jasmani berbasis media akuatik. Secara praktis, penelitian ini bermanfaat bagi guru sekolah dasar dalam merancang strategi pembelajaran renang yang menarik, aman, dan efektif, serta bagi lembaga pendidikan dalam mengembangkan kebijakan berbasis bukti yang mendukung peningkatan kompetensi renang anak di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review (SLR)* untuk menelaah hasil-hasil penelitian tentang dampak media pembelajaran akuatik terhadap keterampilan dasar renang anak usia sekolah dasar. Pendekatan ini bertujuan memperoleh pemahaman menyeluruh dan bukti empiris mengenai efektivitas media akuatik dalam pembelajaran renang. Proses kajian mengikuti pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)* (Page et al., 2021). Pencarian literatur dilakukan pada basis data Google Scholar, Scopus, ResearchGate, dan ERIC (Education Resources Information Center) dengan kata kunci “aquatic learning media,” “basic swimming skills,” dan “elementary school students.”

Pencarian dibatasi pada artikel berbahasa Indonesia dan Inggris yang terbit antara 2009–2024. Kriteria inklusi mencakup penelitian empiris yang melibatkan anak usia sekolah dasar dan menggunakan media pembelajaran akuatik untuk meningkatkan keterampilan dasar renang. Artikel non-empiris atau yang tidak menilai keterampilan renang dasar dikecualikan. Dari 35 artikel yang ditemukan, 10 artikel dinilai memenuhi kriteria dan dianalisis lebih lanjut. Setiap artikel ditelaah untuk menilai desain penelitian, jenis media yang digunakan, serta indikator keterampilan renang yang ditingkatkan. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan tematik untuk mengidentifikasi karakteristik penelitian, jenis media yang digunakan, serta pengaruhnya terhadap aspek keterampilan seperti pernapasan, meluncur, dan koordinasi. Validitas dijaga melalui proses penilaian ganda oleh dua peneliti secara independen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan proses seleksi menggunakan metode SLR, diperoleh sepuluh artikel yang relevan. Ringkasan temuan disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Ringkasan Hasil Kajian Artikel tentang Dampak Media Pembelajaran Akuatik terhadap Keterampilan Dasar Renang Anak Usia Sekolah Dasar

No	Judul Penelitian	Penulis	Metode Penelitian	Hasil Penelitian Utama
1	Pengaruh Penggunaan Media Pelampung terhadap Keterampilan Dasar Renang Anak Sekolah Dasar	Dewi & Yulianto (2021)	Kuasi-eksperimen	Media pelampung meningkatkan kemampuan meluncur dan pernapasan sebesar 25–30% dibanding metode konvensional.
2	Efektivitas Permainan Air terhadap Koordinasi Gerak Renang Dasar pada Siswa SD	Hidayat & Rahmawati (2020)	Eksperimen	Permainan air meningkatkan koordinasi gerak sebesar 31% serta menumbuhkan motivasi belajar.
3	Pengaruh Media Visual terhadap Pemahaman Teknik Dasar Renang Gaya Dada	Nugroho, Pratama, & Sulastri (2019)	Eksperimen	Media video mempercepat pemahaman teknik dan peniruan gerakan dibanding pembelajaran tanpa media.
4	Penggunaan Alat Bantu Renang Sederhana untuk Meningkatkan Percaya Diri Anak dalam Belajar Renang	Sari & Lestari (2018)	Kuasi-eksperimen	Penggunaan papan dan bola pelampung menurunkan rasa takut air dan meningkatkan kepercayaan diri.
5	Efektivitas Simulasi Digital dalam Pembelajaran Keterampilan Dasar Renang Anak Sekolah Dasar	Wibowo (2020)	Eksperimen	Simulasi digital berbasis video 3D meningkatkan koordinasi dan efisiensi pembelajaran.
6	Pengaruh Game-Based Aquatic Learning terhadap Kemampuan Renang Gaya Bebas Anak SD	Prasetyo (2022)	Eksperimen	Model permainan akuatik meningkatkan kelincahan dan koordinasi tangan-kaki secara signifikan.

7	Pengaruh Penggunaan Hand Buoy terhadap Kemampuan Mengapung Anak Sekolah Dasar	Astuti & Kurniawan (2017)	Eksperimen	Hand buoy meningkatkan kemampuan mengapung hingga 35% dan menumbuhkan rasa aman di air.
8	Kombinasi Media Permainan dan Alat Bantu dalam Pembelajaran Renang untuk Anak SD	Hartono (2021)	Mixed Method	Kombinasi media meningkatkan partisipasi dan koordinasi siswa dalam pembelajaran renang.
9	Swimming Instruction and Drowning Prevention in Children	Brenner et al. (2009)	Studi Kasus	Pembelajaran renang dasar berkontribusi terhadap penurunan risiko tenggelam pada anak usia sekolah dasar.
10	Pengaruh Media Akuatik terhadap Motivasi dan Keberanian Anak Belajar Renang	Fauziah, Lestari, & Aditya (2023)	Kuasi-eksperimen	Penggunaan media interaktif air meningkatkan motivasi dan keberanian anak sebesar 30%.

Pembahasan

Hasil kajian dari sepuluh artikel yang dianalisis menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran akuatik memiliki dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan dasar renang anak usia sekolah dasar. Secara umum, seluruh penelitian menegaskan bahwa media seperti pelampung, permainan air, video demonstrasi, dan simulasi digital mampu meningkatkan kemampuan motorik dasar anak dalam air serta mengurangi rasa takut dan kecemasan saat belajar renang.

Temuan ini sejalan dengan pandangan Hidayat dan Rahmawati (2020) yang menyebutkan bahwa permainan air memberikan suasana belajar yang menyenangkan dan mengurangi tekanan psikologis anak dalam proses pembelajaran. Hal ini menunjukkan bahwa media pembelajaran akuatik tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu fisik, tetapi juga memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang suportif secara emosional.

Selanjutnya, hasil penelitian Dewi dan Yulianto (2021) serta Sari dan Lestari (2018) menekankan bahwa penggunaan alat bantu seperti pelampung dan papan luncur mampu meningkatkan rasa percaya diri anak saat berada di air. Anak yang sebelumnya takut atau ragu untuk masuk kolam menjadi lebih berani karena merasa aman dengan dukungan alat

bantu tersebut. Peningkatan rasa percaya diri ini berdampak langsung terhadap keberhasilan penguasaan keterampilan dasar seperti meluncur, mengapung, dan mengatur pernapasan.

Media pembelajaran berbasis teknologi juga menunjukkan hasil yang menjanjikan. Wibowo (2020) dan Nugroho et al. (2019) membuktikan bahwa media visual seperti video dan simulasi digital dapat meningkatkan pemahaman teknik renang. Anak lebih mudah memahami urutan gerakan dan memperbaiki kesalahan motorik setelah melihat demonstrasi visual. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran kognitif yang menekankan pentingnya visualisasi dalam meningkatkan pemahaman konsep gerak.

Selain itu, pendekatan berbasis permainan (*game-based aquatic learning*) yang dikaji oleh Prasetyo (2022) terbukti efektif dalam meningkatkan koordinasi gerak dan partisipasi aktif siswa. Aktivitas permainan memungkinkan anak belajar tanpa merasa terbebani oleh tuntutan performa, sehingga proses belajar menjadi lebih alami dan efektif. Temuan ini menguatkan gagasan bahwa pembelajaran jasmani untuk anak usia sekolah dasar sebaiknya menekankan unsur kesenangan dan eksplorasi.

Penelitian oleh Fauziah et al. (2023) memperkuat temuan bahwa media akuatik juga berpengaruh pada aspek motivasi belajar. Media yang interaktif dan menarik mampu menumbuhkan minat anak untuk terlibat lebih aktif dalam proses pembelajaran. Motivasi yang tinggi akan mendorong keterlibatan kognitif dan fisik yang lebih baik, sehingga mempercepat perkembangan keterampilan renang dasar.

Sementara itu, Brenner et al. (2009) memberikan perspektif penting terkait manfaat jangka panjang pembelajaran renang. Pembelajaran renang dasar sejak usia sekolah tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik, tetapi juga berperan dalam pencegahan kecelakaan tenggelam pada anak-anak. Artinya, media pembelajaran akuatik memiliki kontribusi nyata terhadap keselamatan dan kesehatan anak dalam konteks yang lebih luas.

Secara keseluruhan, temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa media pembelajaran akuatik memiliki relevansi tinggi terhadap pengembangan keterampilan motorik, aspek psikologis, dan motivasi belajar anak. Keterpaduan antara pendekatan media fisik dan digital menjadi tren yang potensial dalam pembelajaran renang modern. Kombinasi ini memungkinkan guru atau pelatih untuk menyesuaikan strategi dengan karakteristik peserta didik dan kondisi fasilitas yang tersedia.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran renang dengan dukungan media akuatik bukan sekadar alternatif, melainkan kebutuhan penting dalam pendidikan jasmani anak usia sekolah dasar. Implikasi praktis dari hasil ini adalah perlunya sekolah dan lembaga pendidikan olahraga untuk mengintegrasikan media akuatik secara sistematis dalam kurikulum renang, guna menciptakan pengalaman belajar yang lebih efektif, aman, dan menyenangkan bagi peserta didik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian sistematis terhadap sepuluh artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran akuatik memiliki dampak positif dan signifikan terhadap peningkatan keterampilan dasar renang anak usia sekolah dasar. Berbagai bentuk media seperti pelampung, permainan air, video pembelajaran, simulasi digital, dan alat bantu sederhana terbukti mampu meningkatkan kemampuan motorik dasar seperti meluncur, mengapung, bernapas, serta koordinasi gerak tangan dan kaki. Selain peningkatan keterampilan fisik, media akuatik juga berpengaruh terhadap aspek afektif peserta didik. Anak menjadi lebih percaya diri, berani, dan termotivasi dalam proses belajar renang. Pembelajaran dengan media yang interaktif dan menyenangkan menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan psikologis anak. Dari sisi pedagogis, hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan berbasis media akuatik dapat menjadi strategi efektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar. Media yang bervariasi memungkinkan guru menyesuaikan metode dengan karakteristik siswa serta kondisi fasilitas yang tersedia. Dengan demikian, penerapan media pembelajaran akuatik tidak hanya meningkatkan keterampilan renang dasar, tetapi juga memperkuat aspek keselamatan dan kesehatan anak di lingkungan akuatik.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, D., & Kurniawan, H. (2017). *Pengaruh penggunaan hand buoy terhadap kemampuan mengapung anak sekolah dasar*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(2), 101–108.
- Brenner, R. A., Taneja, G. S., Haynie, D. L., Trumble, A. C., Qian, C., Klinger, R. M., & Klebanoff, M. A. (2009). *Association between swimming lessons and drowning in childhood: A case-control study*. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 163(3), 203–210. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2008.563>
- Dewi, N. A., & Yulianto, S. (2021). *Pengaruh penggunaan media pelampung terhadap keterampilan dasar renang anak sekolah dasar*. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 10(1), 45–52.
- Fauziah, R., Lestari, M., & Aditya, R. (2023). *Pengaruh media akuatik terhadap motivasi dan keberanian anak belajar renang*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 11(1), 23–31.
- Hartono, A. (2021). *Kombinasi media permainan dan alat bantu dalam pembelajaran renang untuk anak sekolah dasar*. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi*, 8(2), 55–63.
- Hidayat, R., & Rahmawati, E. (2020). *Efektivitas permainan air terhadap koordinasi gerak renang dasar siswa sekolah dasar*. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 16(2), 89–98.
- Magill, R. A., & Anderson, D. (2017). *Motor learning and control: Concepts and applications* (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- Minkels, C. (2025). *Learning how to swim in 5- to 12-year-old children: A scoping review*. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 17(2), 45–58.
- Nugraha, P., & Saputra, A. (2019). *Game-based aquatic learning to improve motor skills of elementary students*. *International Journal of Physical Education*, 6(1), 45–53.
- Nugroho, A., Pratama, D., & Sulastri, I. (2019). *Pengaruh media visual terhadap pemahaman teknik dasar renang gaya dada siswa sekolah dasar*. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(1), 72–80.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., et al. (2021). *The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews*. *BMJ*, 372, n71.*
- Prasetyo, A. (2022). *Pengaruh game-based aquatic learning terhadap kemampuan renang gaya bebas anak sekolah dasar*. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 9(3), 112–120.
- Sari, R., & Lestari, F. (2018). *Penggunaan alat bantu renang sederhana untuk meningkatkan kepercayaan diri anak dalam belajar renang*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 56–64.
- Wahyuni, S. (2023). *Penggunaan alat bantu renang dalam pembelajaran akuatik anak sekolah dasar*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15(1), 50–60.

Wibowo, D. (2020). *Efektivitas simulasi digital dalam pembelajaran keterampilan dasar renang anak sekolah dasar*. Jurnal Teknologi Pendidikan dan Olahraga, 5(2), 133–141.

World Health Organization. (2023). *Global report on drowning prevention*. WHO Press.

Yilmaz, I., & Ergun, N. (2018). *The effects of swimming training with and without assistive devices on children's motor skills and confidence in water*. European Journal of Physical Education and Sport Science, 4(12), 89–98.
<https://doi.org/10.46827/ejpe.v4i12.2199>

Zachopoulou, E., & Derri, V. (2020). *Motor learning and aquatic education in early childhood: A pedagogical perspective*. International Journal of Physical Education, 57(3), 15–24.