

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dunia olahraga, dikenal banyak sekali cabang olahraga, antara lain adalah renang, atletik, permainan, senam dan beladiri. Dari kelima cabang tersebut renang mempunyai peranan penting, karena gerakan – gerakannya merupakan gerak seluruh tubuh. jenis olahraga yang dilakukan di dalam air dan merupakan cabang olahraga yang dapat dilakukan oleh siapa saja, baik putra maupun putri.

Olahraga renang termasuk olahraga yang paling menyehatkan, sebab hampir semua otot tubuh bergerak dan berkembang dengan mengoordinasikan kekuatan setiap perenang. Renang sangat populer di dunia baik untuk rekreasi maupun untuk pertandingan sebagai salah satu cabang dari olahraga. Renang merupakan kegiatan jasmani untuk manusia.

Beberapa orang menolak untuk belajar renang karena takut pada kedalaman air di kolam renang. Padahal kemampuan berenang merupakan salah satu cara bertahan hidup jika terjadi musibah yang melibatkan air. Banyak kasus orang yang tenggelam terjadi karena mereka tidak memiliki kemampuan survival yang satu ini. Namun, tidak bisa disalahkan juga apabila ada orang-orang yang memiliki fobia

terhadap kedalaman air kolam renang, entah karena pernah trauma atau hal lainnya.

Untuk mengatasi rasa cemas air ketika belajar berenang, jangan langsung menceburkan diri ke dalam air. Sebaiknya mulai terlebih dahulu dengan duduk di pinggir kolam renang anak-anak sambil memasukkan kaki hingga mata kaki atau betis lalu gerakan kaki perlahan-lahan dan memberikan materi bermain dan motivasi belajar . Ketika sudah merasa lebih nyaman, gerakan kaki lebih cepat lagi. Jika hal tersebut sudah tidak terasa menakutkan lagi, cobalah perlahan-lahan duduk atau jongkok di dasar kolam dangkal hingga dagu menyentuh air. Gunakan kacamata renang untuk menghindarkan mata dari cipratan air.

Teruskan dengan mencoba merendam diri di kolam yang sedikit lebih dalam namun tetap bisa membuat kepala Anda berada di atas air. Tetap berdiriberpegangan pada besi pengaman yang melekat di pinggir kolam renang dan biasakan dada Anda dari tekanan air yang kadang terasa menyesakkan apabila belum biasa. Minta bantuan orang lain yang lebih mahir berenang untuk menemani Anda pada fase ini sehingga Anda merasa lebih aman karena yakin akan ada yang menolong apabila terjadi sesuatu.

Ketika keberanian Anda sudah mulai naik, perlahan-lahan tahan nafas dan tundukkan wajah hingga seluruhnya masuk ke dalam air. Tahan beberapa menit atau sekuatnya, lalu angkat kepala Anda. Lakukan beberapa kali hingga Anda merasa nyaman. Mengatasi rasa takut terhadap air saat berenang memerlukan waktu, jadi jangan langsung menyerah apabila saat ini Anda belum berani. Namun tetaplah mencoba, perlahan-lahan ketika Anda merasa kedalaman air kolam renang tidak lagi menakutkan, Anda siap untuk mulai belajar renang.

Pada saat mengajar di kolam renang Al-Azhar mendapatkan kendala untuk mengajar renang kepada anak karena anak tersebut mayoritas takut terhadap air dan kedalaman kolam renang tersebut dan belajarnya menjadi kurang efektif. Kebanyakan anak-anak yang mengikuti pembelajaran renang. Didalam penelitian ini saya ingin mencari solusi yang baik untuk mendapatkan hasil belajar yang positif pada anak yang mengikuti pembelajaran renang di kolam renang Al-Azhar Kelapa Gading.

Renang adalah suatu jenis olahraga yang dilakukan di dalam air dan merupakan cabang olahraga yang dapat dilakukan oleh siapa saja, baik putra maupun putri. Olahraga renang termasuk olahraga yang paling menyehatkan, sebab hampir semua otot tubuh bergerak dan berkembang dengan mengoordinasikan kekuatan setiap

perenang. Renang sangat populer di dunia baik untuk rekreasi maupun untuk pertandingan sebagai salah satu cabang dari olahraga. Renang merupakan kegiatan jasmani untuk manusia.¹

Setiap anak dilahirkan bersamaan dengan potensi-potensi yang dimilikinya. Merupakan tugas orang tua dan guru sebagai pendidik untuk dapat menemukan potensi tersebut. Di ranah pendidikan seorang anak dari lahir memerlukan penanganan yang tepat dalam pemenuhan kebutuhan pendidikan disertai dengan pemahaman mengenai karakteristik anak sesuai pertumbuhan dan perkembangannya akan sangat membantu dalam menyesuaikan proses belajar bagi anak dengan usia, kebutuhan, dan kondisi masing-masing, baik secara intelektual, emosional dan sosial. Masa usia dini merupakan periode emas (*golden age*) bagi perkembangan anak untuk memperoleh proses pendidikan. Seiring berkembangnya zaman, cara pengajaran terhadap anak usia dini pun ikut berkembang, belakangan diketahui bahwa dengan bermain, anak dapat menangkap pelajaran lebih bagus dari pada bila tidak sedang bermain, hal ini biasanya dipengaruhi oleh kadar stres anak yang cepat jenuh terhadap hal-hal yang membosankan.

¹<http://www.google.blog-pelajaran-sekolah.com>, [pengertian-renang.html](#). 18:07

Untuk itu diciptakanlah media pembelajaran anak yang berbeda dari media pembelajaran yang lain, media pembelajaran ini menstimulus otak anak untuk belajar lebih baik, merangsang gerak motoriknya, melatih daya ingat dan banyak lagi lainnya, permainan anak mendidik seperti ini banyak dijumpai di toko-toko mainan di kota-kota besar, pada dasarnya permainan ini sama dengan mainan balitayang lain, namun bedanya permainan ini ada manfaatnya.

Melihat dari pengalaman mengajar cabang olahraga renang untuk pemula atau dasar banyak kendala yang terdapat didalam terutama saat adaptasi anak dengan lingkungan kolamnya, seperti halnya dalam konteks kecemasan atau ketakutan yang terdapat pada anak itu sendiri pemahaman materi inti, Kecakapan dalam mempraktekan bagaimana cara melakukan pernafasan saat tahap awal, dan ini menjadi kendala seorang guru atau pelatih untuk mencari efektivitas pembelajaran dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak atau siswa itu sendiri.

Pada dasarnya perasaan cemas terhadap air karena kita menghadapi lingkungan yang baru. Saat di dalam air, kita akan melihat hal yang berbeda, kita akan mendengarkan hal yang berbeda, kita akan merasakan sensasi yang berbeda. Hal-hal yang berbeda inilah yang sering meningkatnya kecemasan.

Begitu juga air, Jika kita ingin memahami air maka harus berada di dalam air, jangan melihat hanya dari permukaan saja. Masukkan wajah anda kedalam air, dan nikmati perbedaan yang kita rasakan.

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan hal yang penting didalam pembelajaran renang karena anak yang memiliki kecemasan tinggi maka hasil belajarnya menjadi menurun dan oleh sebab itu maka di berikan media-media belajar supaya kecemasan anak menjadi lebih stabil.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka timbul berbagai permasalahan yang perlu dikaji, di antaranya:

1. Apakah kecemasan berpengaruh dengan hasil belajar renang pada anak yang mengikuti sekolah renang?
2. Apakah pemanfaatan media pembelajaran berpengaruh dengan hasil belajar pada anak yang mengikuti sekolah renang?
3. Apakah kecemasan atau pemanfaatan media pembelajaran yang berperan banyak di dalam hasil belajar renang ?
4. Bagaimana hubungan antara kecemasan dan pemanfaatan media pembelajaran dengan hasil belajar renang pada anak atau siswa dalam mengikuti sekolah renang?

5. Apakah kecemasan dan pemanfaatan media pembelajaran memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil belajar pada anak yang mengikuti sekolah renang ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas diperoleh gambaran dimensi permasalahan yang begitu luas. Namun menyadari adanya keterbatasan waktu dan kemampuan, maka penulis memandang perlu memberi batasan masalah secara jelas agar permasalahan tidak terlalu luas dan berfokus pada hubungan antara kecemasan dan pemanfaatan media pembelajaran dengan hasil belajar renang gaya bebas pada kelas pemula sekolah renang Tirta Kirana Al-Azhar Kelapa Gading

D. Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

- 1). Apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan hasil belajar renang gaya bebas.

- 2). Apakah terdapat hubungan antara pemanfaatan media pembelajaran dengan hasil belajar renang gaya bebas.
- 3). Apakah secara bersama-sama terdapat hubungan antara kecemasan dan pemanfaatan media pembelajaran dengan hasil belajar renang gaya bebas.

E. Kegunaan penelitian

Kegunaan penelitian ini antara lain sebagai berikut;

1. Sebagai bahan masukan kepada pelatih atau guru renang, khususnya pelatih atau guru renang sekolah renang Tirta Kirana Al-Azhar Kelapa Gading dalam menyusun materi pembelajaran yang baik.
2. Sebagai sumbangan pemikiran kepada sekolah atau tempat latihan dikolam renang Tirta Kirana Al-Azhar Kelapa Gading dalam program pelaksanaan latihan pembelajaran renang.
3. Sebagai sumbangan pemikiran kepada seluruh masyarakat dalam menentukan kegiatan olahraga yang dapat memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani dengan cara praktis dan mudah di pelajari.
4. Sebagai sumbangan pemikiran kepada masyarakat umum atau orang tua yang memasukan anaknya ke sekolah

renang Tirta Kirana Al-Azhar Kelapa Gading dalam mengikuti renang.