



Pelatihan Renang Keselamatan Bagi Anak Penyandang Disabilitas

Bahtiar Heru Susanto¹, Faiz Noormiyanto²

Keywords:

Renang, Anak
Penyandang Disabilitas

Correspondensi Author

Pendidikan Guru Sekolah
Dasar, Universitas PGRI
Yogyakarta

Email:

bahtiyar@upy.ac.id

History Artikel

Received: 10-06-2018

Reviewed: 21-06-2018

Revised: 05-07-2018

Accepted: 09-07-2018

Published: 27-07-2018

Abstrak. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah memberikan kompetensi melatih untuk mengatasi kesulitan pelatih di Perkumpulan Renang Caesar dalam melatih renang anak penyandang disabilitas. Target yang ingin dicapai melalui kegiatan ini adalah peningkatan kompetensi baik secara pemahaman, pengetahuan, maupun keterampilan pelatih setelah mengikuti pelatihan terkait renang keselamatan bagi anak penyandang disabilitas. Selain kompetensi pelatih, kegiatan ini diharapkan juga menghasilkan produk yaitu modul melatih renang keselamatan bagi anak penyandang disabilitas. Metode kegiatan ini berupa pelatihan kepada para pelatih Perkumpulan Renang Caesar. Setelah diberi pelatihan materi teori, selanjutnya para pelatih akan melaksanakan praktek melatih anak-anak penyandang disabilitas dari Sekolah Luar Biasa yang mengikuti les renang di perkumpulan renang tersebut. Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui beberapa metode pelatihan, yaitu: 1) Metode Ceramah, 2) Metode Tanya Jawab, dan 3) Metode Simulasi. Pelatihan dilaksanakan sebanyak 2 kali secara teori dan praktek, hal ini dilakukan agar peserta tidak hanya sekedar memahami teorinya saja, akan tetapi akan mendapat bimbingan dalam melatih langsung di kolam renang dengan baik dan benar.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktifitas fisik yang dapat mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmani dan rohani. Dalam UU Nomor 3 tahun 2005, tentang Sistem Keolahragaan Nasional membagi ruang lingkup olahraga menjadi tiga jenis, yaitu: 1) olahraga pendidikan, 2) olahraga rekreasi, 3) olahraga prestasi. Olahraga pendidikan adalah bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani. Olahraga rekreasi dilakukan dengan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan budaya masyarakat setempat untuk kesehatan, kebugaran, dan kegembiraan. Olahraga prestasi dilaksanakan untuk membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk

mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Pengembangan dan pembinaan olahraga dilakukan dengan pendekatan keilmuan yang menyeluruh dengan memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Renang dalam olahraga prestasi merupakan salah satu olahraga yang memperlombakan kecepatan berenang berdasarkan waktu sebagai acuannya. Menurut Agus dan Lismadiana (2013) cabang olahraga renang merupakan kegiatan olahraga yang dilakukan baik oleh putra maupun putri yang dilakukan secara individual maupun beregu, terdiri dari empat gaya (gaya bebas, gaya punggung, gaya dada, gaya kupu-kupu) yang diperlombakan dalam setiap perlombaan baik itu nasional, regional maupun internasional, terdiri atas 40 nomor perlombaan yang terdiri dari 20 nomor untuk putra dan 20 nomor untuk putri. Peraturan

dalam perlombaan renang ditetapkan oleh badan dunia bernama *Federation Internationale De Natation De Amateur* (FINA), sedangkan induk organisasi cabang olahraga renang di Indonesia adalah Persatuan Renang Seluruh Indonesia (PRSI).

Menurut Agus dan Lismadiana (2013) manfaat yang ada pada aktivitas olahraga renang antara lain adalah untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran tubuh, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, untuk membentuk kemampuan fisik seperti daya tahan, kekuatan otot serta bermanfaat pula bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik anak, untuk sarana pendidikan, rekreasi, rehabilitasi serta prestasi. Dalam meraih prestasi renang didukung oleh banyak faktor, diantaranya faktor fisik, teknik, psikis, dan lain sebagainya. Prestasi renang tidak dapat diperoleh secara instan, karena perlu pembinaan yang tepat sejak dini. Pembinaan renang sejak dini dapat dimulai melalui perkumpulan renang atau melalui sekolah. Selain berlatih, seorang calon atlet juga perlu mengikuti perlombaan renang yang sering dikemas dalam sebuah kejuaraan renang antar sekolah maupun antar perkumpulan.

Menurut UU Sistem Pendidikan Nasional (SPN) no. 20 tahun 2003 Bab IV Pasal 5 ayat 2 dinyatakan bahwa warga Negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, intelektual dan atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus. Dengan kurangnya pendidikan seseorang mengenai pengetahuan, keterampilan ternyata bisa membuat seseorang tersebut akan kesulitan untuk menempatkan diri dan mengekspresikan diri. Anak penyandang disabilitas merupakan seorang yang memiliki makanan, nyanyian, atau permainan yang sama dengan anak-anak pada umumnya, anak-anak yang memiliki mimpi dan keinginan yang akan dipenuhi, bahkan anak penyandang disabilitas yang memiliki hak yang sama dengan anak-anak lainnya. Dengan diberikan kesempatan yang sama untuk berkembang sebagaimana anak-anak lainnya, anak-anak penyandang disabilitas berpotensi untuk menjalani kehidupan secara

penuh dan berkontribusi pada masyarakat. Namun untuk tumbuh dan berkembang bisa menjadi kesulitan bagi anak-anak penyandang disabilitas tersebut. Anak penyandang disabilitas memiliki ketidakberuntungan yang sama, sehingga harus menghadapi tantangan-tantangan lain akibat ketidakmampuan dan berbagai rintangan yang dihadirkan oleh masyarakat. Anak-anak yang hidup dalam kemiskinan mempunyai kemungkinan kecil untuk memperoleh pendidikan, tapi anak-anak yang hidup dalam kemiskinan dan memiliki disabilitas memiliki kemungkinan yang lebih kecil lagi untuk bisa memperoleh kesempatan itu.

Anak-anak penyandang disabilitas menghadapi berbagai bentuk pengucilan dan itu dapat mempengaruhi kesempatan untuk berkembang seperti anak-anak pada umumnya. Anak-anak penyandang disabilitas seringkali dianggap rendah, dan ini menyebabkan anak-anak tersebut menjadi lebih rentan. Diskriminasi karena disabilitas berujung pada marginalisasi dari sumber daya dan pembuatan keputusan, dan bahkan pada kematian anak. Partisipasi dalam kegiatan-kegiatan sosial dapat membantu mempromosikan pandangan yang positif tentang disabilitas. Melalui olahraga misalnya, bisa membantu mengatasi banyak prasangka-prasangka sosial. Melihat anak bisa mengatasi rintangan fisik dan psikologis untuk berpartisipasi dalam olahraga akan bisa memberikan inspirasi dan bisa meningkatkan penghormatan sehingga anak penyandang disabilitas tidak merasa rendah diri.

Guru merupakan salah satu tokoh penting dalam praktek inklusi di sekolah, karena guru berinteraksi secara langsung dengan para siswa, baik siswa yang berkebutuhan khusus, maupun siswa non berkebutuhan khusus. Seorang guru diharapkan dapat memberikan kehidupan kelas agar menjadi lebih hangat dan pada waktu yang bersamaan dapat memberikan pemahaman kepada murid yang lain untuk dapat saling berinteraksi (Syafrida dan Ariani, 2013). Hal tersebut tentu berlaku pula

baik dalam pendidikan formal maupun non formal. Selain pendidikan formal yang ada disekolah, anak yang berkebutuhan khusus juga berhak mendapatkan pendidikan maupun pelatihan khusus dengan guru atau pelatih yang berkompeten.

Pendidikan inklusif merupakan sebuah strategi yang bertujuan untuk mengurangi, bahkan menghilangkan batasan atau hambatan dalam mengakses pendidikan bagi anak penyandang disabilitas. Selama ini seringkali anak penyandang disabilitas mengalami penolakan ketika mendaftar di sekolah umum, dan diminta untuk bersekolah di Sekolah Luar Biasa. Alasan yang seringkali disampaikan pihak sekolah adalah keterbatasan tenaga pendidik serta sarana dan prasarana (Ulfah, 2014).

Pembinaan dan pengembangan olahraga disabilitas di Indonesia, diatur oleh Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005, Pasal 30 yaitu: (1) Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat dilaksanakan dan diarahkan untuk meningkatkan kesehatan, rasa percaya diri, dan prestasi olahraga. (2) Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat dilaksanakan oleh organisasi olahraga penyandang cacat yang bersangkutan melalui kegiatan penataran dan pelatihan serta kompetisi yang berjenjang dan berkelanjutan pada tingkat daerah, nasional, dan internasional. (3) Pemerintah, pemerintah daerah, dan/atau organisasi olahraga penyandang cacat yang ada dalam masyarakat berkewajiban membentuk sentra pembinaan dan pengembangan olahraga khusus penyandang cacat.

Berenang dapat menjadi metode yang tepat untuk terapi bagi anak penyandang disabilitas. Selain dapat meningkatkan kesehatan, berenang juga dapat meningkatkan kemampuan tubuh dengan memacu saraf motorik sesuai dengan kontrol tubuh, sehingga anak penyandang disabilitas dapat melakukan aktifitas kesehariannya dengan lebih baik. Para penyandang disabilitas seperti autisme, skoliosis, ataupun tuna daksa dapat melakukan terapi renang untuk peningkatan kemampuan motoriknya.

Semua anak baik itu ABK maupun non ABK sangat membutuhkan pelatihan dalam setiap pendidikan, sehingga semua anak dapat mengoptimalkan kemampuannya dalam kehidupan sehari-hari. Pelatihan merupakan bagian dari pendidikan, dalam Instruksi Presiden No. 15 tahun 1974 (Kamil M., 2010) menyatakan bahwa pelatihan adalah bagian dari pendidikan yang menyangkut proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan di luar sistem pendidikan yang berlaku, dalam waktu yang relatif singkat, dan dengan menggunakan metode yang lebih mengutamakan praktik daripada teori.

Perkumpulan renang Caesar merupakan salah satu klub renang yang ada di Kabupaten Kulon Progo. Klub tersebut berdiri pada tahun 2007 dengan tempat latihan di Kolam renang Clereng, Pengasih. Sejak tahun 2014, empat latihan berganti di Kolam renang UNY Kampus Wates. Kebutuhan masyarakat untuk mengikuti les renang semakin meningkat seiring berjalannya waktu, ditandai dengan terus meningkatnya jumlah siswa les renang di Klub tersebut. Bahkan pada tahun 2017, untuk pertama kalinya perkumpulan renang Caesar menerima siswa les dari anak penyandang disabilitas. Hal tersebut dilakukan karena adanya permintaan dari beberapa Sekolah Luar Biasa yang mendaftarkan siswanya untuk belajar renang.

Berawal dari satu anak penyandang disabilitas yang mengikuti les renang, klub renang ini terus menerima pendaftaran dari anak-anak penyandang disabilitas lainnya. Pada bulan Desember 2017 ini siswa dari anak penyandang disabilitas yang terdaftar di perkumpulan renang Caesar berjumlah 6 siswa. Hal tersebut tentu memunculkan permasalahan tersendiri bagi Klub maupun pelatih. Pengetahuan pelatih serta pengalaman melatih anak penyandang disabilitas yang belum dimiliki para pelatih membuat kualitas latihan les renang khusus bagi anak penyandang disabilitas masih jauh dari kata baik. Selama ini belum pernah ada pelatih dari perkumpulan renang Caesar maupun pelatih renang di Kabupaten Kulon

Progo yang telah mengikuti seminar atau tersertifikasi dalam melatih renang anak penyandang disabilitas.

Pengabdian bersama dengan ketua perkumpulan renang (klub) Caesar telah menyepakati persoalan prioritas adalah pada kurangnya sumber daya manusia yang berkompeten untuk menjadi tenaga pengajar ataupun pelatih bagi anak penyandang disabilitas. Selama ini tim pengajar atau yang disebut dengan pelatih hanya berpengalaman dalam mengajar anak-anak normal saja. Permasalahan yang dihadapi tersebut telah sesuai dengan bidang keilmuan pengusul program pengabdian kepada masyarakat, sehingga pelatihan yang diperuntukan bagi para pelatih perkumpulan renang Caesar khususnya dan para pelatih dari perkumpulan lain di Kulon Progo umumnya dapat membekali pengetahuan dan pengalaman yang tepat sebagai praktisi di lapangan.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pelatihan renang keselamatan bagi anak penyandang disabilitas ini dilaksanakan pada tanggal 24 sampai 25 Februari 2018. Pelaksanaan pelatihan ini dilakukan di Kolam Renang UNY Kampus Wates. Kegiatan pelatihan dalam pengabdian ini dilakukan secara teori dan praktek di lapangan (kolam renang). Durasi pelatihan adalah 2 hari dengan total waktu pelatihan adalah 8 jam. Hari pertama dilaksanakan di dalam dan diluar kelas sedangkan hari kedua dilaksanakan di kolam renang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Metode Ceramah

Metode ceramah dipilih untuk memberikan penjelasan teori tentang Pendidikan Jasmani Adaptif bagi penyandang disabilitas, Dasar Gerak Renang, dan Psikologi Olahraga. Dalam sesi teori, materi disampaikan langsung oleh pengabdian baik ketua yang berkompetensi dalam olahraga renang maupun anggota pengabdian yang berkompetensi dalam bidang Pendidikan luar biasa.

2. Metode Tanya Jawab

Metode tanya jawab sangat penting bagi para peserta pelatihan, baik di saat menerima penjelasan secara teori maupun praktek di lapangan. Peserta harus aktif bertanya apabila menemukan hal-hal baru yang belum pernah diperoleh dalam hal melatih olahraga renang bagi anak penyandang disabilitas. Metode ini memungkinkan para pelatih menggali pengetahuan sebanyak-banyaknya tentang melatih anak penyandang disabilitas.

3. Metode Praktik

Metode ini sangat penting diberikan kepada para peserta pelatihan untuk memberikan kesempatan mempraktikkan materi pelatihan teori yang diperoleh. Selain itu agar peserta juga mendapatkan pengalaman secara nyata dalam melatih olahraga renang pada anak penyandang disabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini telah dilaksanakan pada tanggal 24 dan 25 Februari 2018 pada pukul 08.00 sampai 12.30 WIB dengan lancar. Kegiatan pengabdian dimulai dengan presensi peserta pelatihan, kemudian acara dilanjutkan dengan sambutan oleh Bapak Ediharyatno, S.Pd.Kor. selaku ketua Perkumpulan renang Caesar sebagai mitra pengabdian. Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah Pelatihan renang keselamatan bagi anak penyandang disabilitas, dengan sasaran pelatih renang dan anak penyandang disabilitas.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pelatihan kepada para pelatih perkumpulan renang Caesar pada khususnya dan pelatih renang di kabupaten Kulon Progo pada umumnya agar mampu melatih anak penyandang disabilitas. Harapannya semua pelatih renang yang telah mengikuti pelatihan ini mampu melatih anak penyandang disabilitas dengan pendekatan adaptasi sesuai kekurangan masing-masing pada anak disabilitas yang tergabung dalam perkumpulan renang maupun di sekolah-sekolah luar biasa.

Pengabdian berkoordinasi dengan ketua perkumpulan renang Caesar dikarenakan terdapat beberapa siswa yang tergabung dalam perkumpulan renang tersebut dengan keadaan kurang beruntung (disabilitas). Selain itu juga untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan pelatihan. Setelah disepakati hari dan waktu pelaksanaan, selanjutnya pengabdian menyiapkan materi yang akan disampaikan pada saat pengabdian dan meminta surat tugas dari LPPM UPY.

Peserta yang hadir sebanyak 11 pelatih yang terdiri dari 7 pelatih perkumpulan renang Caesar, 4 pelatih dari perkumpulan renang lainnya. Selanjutnya Ketua perkumpulan renang Caesar atas nama R. Ediharyatno, S.Pd.Kor. memberikan sambutan sekaligus membuka pelatihan tersebut. Pada saat memberikan sambutan, beliau menyampaikan bahwa selama ini para pelatih di perkumpulan Caesar mengalami kesulitan dalam setiap melatih anak penyandang disabilitas yang disebabkan kurangnya pengetahuan dan kompetensi dalam menangani anak penyandang disabilitas. Pada saat menjadi mahasiswa di Fakultas Ilmu Keolahragaan hanya dibekali 2 sks perkuliahan teori tentang materi Pendidikan jasmani adaptif secara umum, sehingga dirasa sangat kurang apabila diaplikasikan langsung dalam olahraga renang. Sementara itu, jadwal latihan di perkumpulan renang Caesar adalah 3 kali dalam seminggu, sehingga sangat kurang efektif selama ini proses latihan renang bagi anak penyandang disabilitas.

Setelah Ketua Perkumpulan renang Caesar menyampaikan sambutan dan membuka acara, selanjutnya pengabdian menyampaikan materi yang sudah disiapkan. Bahtiyar Heru Susanto, M.Pd. sebagai ketua pengabdian menyampaikan materi tentang Dasar Gerak Renang dan Pendidikan Jasmani Adaptif. Sedangkan Faiz Noormiyanto, M.Pd. sebagai anggota pengabdian menyampaikan materi tentang Psikologi Anak dan Anak Penyandang Disabilitas. Penyampaian materi dibagi menjadi dua jenis yaitu materi teori (di kelas) dan materi praktek (di lapangan atau kolam renang).

Penyampaian materi teori dilaksanakan di sekretariat PengKab PRSI Kulon Progo, sedangkan materi praktek dilaksanakan di Kolam renang UNY Kampus Wates.

Materi teori maupun praktek telah dilaksanakan, kemudian para peserta pelatihan mencoba praktek langsung melatih anak penyandang disabilitas di Perkumpulan Renang Caesar sesuai jadwal latihan klub selama satu kali pertemuan. Tujuan dari praktek ini agar semua peserta memiliki pengalaman langsung melatih renang pada anak penyandang disabilitas. Pelatihan pelatih renang dalam program pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan solusi dari permasalahan Perkumpulan renang Caesar dalam memberikan pelayanan kepada anak penyandang disabilitas khususnya pada latihan renang yang selama ini kurang maksimal.

Gambar 1. Foto Kegiatan Pengabdian



Hasil dan luaran dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat dari tabel berikut:

| No. | Jenis Luaran | Indikator Capaian |
|-----|--|--|
| 1. | Publikasi Ilmiah di MATAPPA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat | <i>Submitted.</i> Menyatakan bahwa pengabdian telah melakukan submit pada lembaga jurnal dengan menunjukkan bukti submit. |
| 2. | Peningkatan kualitas dan kuantitas produk | Ada (terlihat dari antusias pertanyaan dan praktek dari peserta pelatihan) |
| 3. | Peningkatan pemahaman dan keterampilan masyarakat | Ada (Pelatih memahami cara melaksanakan layanan pelatihan renang pada anak penyandang disabilitas) |
| 4. | Peningkatan kesejahteraan masyarakat/guru | Ada (Pelatih mendapatkan solusi yaitu berupa cara melatih anak penyandang disabilitas yang benar) |
| 5. | Buku ajar/modul | Ada (berupa <i>print out power point</i>) |

SIMPULAN DAN SARAN

Adapun kesimpulan dalam pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dimilikinya kompetensi pelatih di Perkumpulan Renang Caesar dalam melatih anak penyandang disabilitas. Pelaksanaan pelatihan renang keselamatan bagi anak penyandang disabilitas

telah terlaksana dengan baik. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 24 – 25 Februari 2018 dengan dihadiri oleh 11 pelatih dari perkumpulan renang Caesar serta dan 6 anak penyandang disabilitas. Melalui pelatihan tersebut, perkumpulan renang Caesar telah memiliki sumber daya manusia yang berkompeten menjadi tim pelatih renang bagi anak penyandang disabilitas di perkumpulan renang tersebut maupun di Kabupaten Kulon Progo. Selain itu, perkumpulan renang Caesar dapat memberikan pelayanan atau jasa pelatihan olahraga renang lebih baik kepada para penyandang disabilitas dibandingkan sebelumnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Agus Supriyanto & Lismadiana. (2013). Penggunaan metode hipnoterapy untuk meningkatkan konsentrasi start dalam renang. Jurnal iptek olahraga. Volume 15, nomor 2. Jakarta: Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.
- Syafrida Elisa dan Aryani Tri Wrastari. (2013). Sikap Guru Terhadap Pendidikan Inklusi Ditinjau dari Faktor Pembentuk Sikap. Jurnal Psikologi Perkembangan dan Pendidikan, Vol. 2, No. 1.
- Ulfah Fatmala Rizky. (2014). Identifikasi Kebutuhan Siswa Penyandang Disabilitas Pasca Sekolah Menengah Atas. Indonesian Journal of Disability Studies. Vol, 1, Issue 1 pp. 52-59. ISSN: 2355-2158
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.