

**PENGARUH LATIHAN RENANG TERHADAP
PENGEMBANGAN KETERAMPILAN
MOTORIK ANAK: *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW***

*Abrian Adri Nyoman*¹, *Randi Kurniawan*², *Anggun Permata Sari*³, *Pudia M Indika*⁴
Universitas Negeri Padang

E-mail: abrian_an@yahoo.com¹, arip09822@gmail.com², anggunpermata@fik.unp.ac.id³,
pudia_dr@fik.unp.ac.id⁴

INFORMASI ARTIKEL

Submitted : 2024-01-05
Review : 2024-01-25
Accepted : 2024-02-20
Published : 2024-02-29

KATA KUNCI

Pelatihan Renang, Kemampuan Motorik,
Anak-Anak, Keterampilan Berenang.

A B S T R A K

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh pelatihan renang terhadap kemampuan motorik umum anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan tinjauan literatur sistematis yang bertujuan untuk menyelidiki pengaruh pelatihan renang pada pengembangan keterampilan motorik anak. Sejumlah literatur ilmiah, termasuk artikel dan jurnal, dianalisis untuk merinci temuan-temuan kunci dalam bidang ini. Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa pelatihan renang dapat berkontribusi positif terhadap kemampuan motorik umum anak-anak. Hasil menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan berenang, serta peningkatan keseimbangan yang statistik signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa program pelatihan renang yang efisien dapat meningkatkan keterampilan motorik dan kemampuan berenang anak. Temuan-temuan ini mencakup peningkatan kemampuan berenang, keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan otot. Penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang hubungan antara pelatihan renang dan pengembangan keterampilan motorik anak-anak, menyajikan gambaran yang komprehensif untuk mendukung pemahaman lebih lanjut di bidang ini.

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak-anak adalah tahap kritis dalam kehidupan manusia yang membutuhkan perhatian khusus dalam pemahaman dan dukungan. Keterampilan motorik, yang mencakup motorik kasar dan motorik halus, memegang peran yang sangat penting dalam menentukan kemampuan anak untuk menjalani kehidupan sehari-hari mereka (Saripudin, 2019). Aktivitas fisik, sebagai sarana untuk merangsang perkembangan ini, telah menjadi perhatian utama dalam penelitian mengenai kesejahteraan anak-anak. Dalam konteks ini, aktivitas renang muncul sebagai salah satu pilihan yang menjanjikan untuk mempromosikan dan meningkatkan pengembangan keterampilan motorik pada anak-anak (Abidin et al., 2023).

Renang bukan hanya sekadar olahraga yang melibatkan gerakan tubuh, tetapi juga merupakan suatu aktivitas yang membutuhkan koordinasi dan keterampilan motorik halus, seperti gerakan tangan dan kaki yang terkoordinasi dengan baik. Berenang sebagai kegiatan yang dilakukan di lingkungan akuatik, menduduki posisi istimewa sebagai bentuk latihan fisik yang populer dan efektif, cocok untuk individu dari segala usia (Sriningsih, 2020). Lingkungan air membangkitkan respons emosional yang kuat, menimbulkan kegembiraan spontan pada anak-anak dan rasa kesejahteraan mental dan fisik pada orang dewasa. Kemampuan untuk berenang dianggap sebagai aspek fundamental dari aktivitas fisik secara keseluruhan, dengan keterampilan berenang menjadi dasar untuk menguasai berbagai gaya berenang di masa depan (Widiastuti & Hamamah, 2017). Memperoleh keterampilan dasar, seperti bernapas di bawah air, mengapung, melompat ke dalam air yang dalam, dan mempertahankan posisi terhadap permukaan, merupakan prasyarat sebelum melangkah ke teknik berenang yang lebih kompleks (Midona, 2022).

Kecepatan di mana seseorang memperoleh keterampilan ini dipengaruhi oleh adaptasi mereka terhadap lingkungan akuatik, yang pada gilirannya sangat bergantung pada kualitas keterampilan sensorik dan koordinasi mereka. Dalam proses pembelajaran keterampilan motorik, latihan keterampilan berenang yang mendasar merupakan adaptasi motorik terhadap properti fisik air yang unik, di mana individu secara aktif merespons faktor seperti daya apung, tekanan, dan resistensi melalui gerakan berenang (Febrianta, 2016).

Dalam ranah perkembangan motorik, banyak ahli menekankan pentingnya menguasai keterampilan motorik dasar untuk aktivitas fisik seumur hidup. Clark dan Metcalf (2002) menyoroti bahwa kurangnya keterampilan dasar locomotor dan manipulatif pada masa kanak-kanak dapat membatasi peluang untuk aktivitas fisik di masa dewasa. Koordinasi motorik muncul sebagai kemampuan kritis pada masa kanak-kanak, dengan perkembangannya dianggap sebagai langkah strategis kunci dalam pencegahan obesitas jangka panjang dan promosi aktivitas fisik, seperti yang diungkapkan oleh (Lopes et al, 2012).

Selanjutnya, koordinasi motorik memainkan peran sentral dalam memperoleh gerakan dan teknik khusus untuk kehidupan sehari-hari dan olahraga, serta berkaitan positif dengan kesehatan dan peningkatan aktivitas fisik, menurut Lubans et al (2010) proses pematangan berkontribusi pada perkembangan alami koordinasi motorik pada anak-anak; namun, koordinasi motorik yang optimal dapat dicapai melalui pelatihan yang sesuai. Fransen et al (2012) menekankan pentingnya menghabiskan waktu yang cukup dalam berbagai olahraga untuk pengembangan yang tepat dari koordinasi motorik kasar, sementara Jaakkola et al (2012) menyatakan bahwa pelatihan khusus olahraga dapat meningkatkan koordinasi motorik pada anak-anak, tergantung pada olahraga yang mereka pilih.

Meskipun penelitian tentang aktivitas multisport dan dampaknya pada koordinasi motorik telah ada, masih ada kekurangan dalam penelitian yang membandingkan pengaruh berbagai jenis olahraga terhadap koordinasi motorik anak-anak, khususnya dalam bidang olahraga air (Stanković, et al., 2023). Mengingat popularitas berenang di kalangan anak-anak dan spesialisasi dini dalam olahraga ini, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh berenang terhadap koordinasi motorik dengan menggunakan baterai uji yang komprehensif, mengakui peran penting koordinasi motorik dalam efisiensi berenang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan berharga bagi orang tua, pendidik, serta pelatih dalam merancang program

pelatihan dan kegiatan renang yang berfokus pada pengembangan keterampilan motorik anak secara optimal.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (library research), yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (buku, ensiklopedi, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen). Penelitian ini mengadopsi pendekatan tinjauan literatur sistematis untuk menyelidiki pengaruh pelatihan renang terhadap pengembangan keterampilan motorik anak. Jenis dan metode dalam penelitian Literature Review ini yaitu menggunakan Systematic Literature Review. Pendekatan ini memungkinkan analisis menyeluruh terhadap literatur yang relevan dengan topik penelitian, memberikan landasan teoretis yang kokoh (Syadiah, 2009)

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini bersifat sekunder, berasal dari literatur-literatur yang telah dipublikasikan sebelumnya. Sumber data ini mencakup artikel dan jurnal ilmiah yang membahas pengaruh pelatihan renang pada keterampilan motorik anak. Metode pengumpulan data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi. Data diperoleh melalui analisis literatur dan dokumentasi yang relevan dengan topik penelitian. Informasi dari literatur-literatur tersebut kemudian diorganisir dan diekstraksi untuk mendukung sintesis temuan (Rachmawati, 2007).

Pencarian artikel dilakukan secara sistematis menggunakan mesin pencari seperti Google Scholar, PubMed, EBSCO, dan ProQuest. Kata kunci yang dipilih mencakup aspek kunci dari topik penelitian, seperti "pengaruh pelatihan renang" dan "keterampilan motorik anak." Artikel yang relevan kemudian dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Jurnal-jurnal ini juga harus bersifat scholarly dengan proses peer review untuk memastikan validitas dan kredibilitas temuan. Jurnal yang direview harus memenuhi kriteria tertentu untuk memastikan kualitas dan relevansi. Kriteria ini melibatkan artikel yang merupakan hasil penelitian empiris atau studi kasus, berbahasa Indonesia dan berbahasa Inggris, berfokus pada anak usia dini, dan membahas topik pelatihan renang dan pengembangan keterampilan motorik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dapat disajikan dengan merinci temuan utama yang ditemukan dari tinjauan literatur sistematis. Hal ini mencakup informasi tentang pengaruh pelatihan renang terhadap pengembangan keterampilan motorik anak, pola umum temuan, variasi hasil antar penelitian, dan aspek-aspek kunci yang muncul dari literatur yang dianalisis. Berdasarkan judul full text dipilih 20 jurnal yang sesuai dengan tema dan 10 artikel yang inklusi dengan topik sebagai berikut:

No.	Peneliti / Tahun	Judul Artikel	Hasil/Temuan
1.	Rogendra Midona & Riki Oktavia (2022)	Pengaruh Renang Gaya Dada Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Siswa Smp Kelas Vii	Penelitian ini mengeksplorasi Pengaruh Pelatihan Renang pada Kemampuan Motorik Umum Anak, dengan fokus pada gerakan tangan dan kaki dalam olahraga renang, khususnya gaya dada. Gerakan motorik kasar anak yang terlibat dalam renang gaya dada, seperti kayuhan tangan, menendang kaki, koordinasi, kelenturan, dan kelincahan, dapat berkembang lebih baik dan terkoordinasi dengan rutusnya aktivitas renang. Hasil analisis data menunjukkan pengaruh signifikan olahraga renang terhadap kemampuan fisik motorik kasar siswa SMP kelas VII.
2.	Abidin, et al., (2023)	Metode Pembelajaran Olahraga Renang Dalam Meningkatkan Motorik Kasar di TK PGRI Merpati Babakan Pangandaran	Penelitian ini mengeksplorasi pengaruh pelatihan renang pada kemampuan motorik umum anak pada usia dini, mengakui bahwa periode ini memiliki dampak signifikan pada perkembangan anak. Dengan memahami pentingnya stimulasi dan dukungan yang tepat, penelitian ini menyoroti bahwa anak-anak mengalami perkembangan keterampilan motorik kasar sebagai bagian alami dari kedewasaan mereka. Temuan ini memberikan indikasi positif terhadap pengaruh pelatihan renang pada kemajuan anak dalam aspek motorik kasar, menekankan pentingnya aktivitas fisik, terutama olahraga renang, dalam mendukung perkembangan anak pada usia dini.
3.	Febrianta (2016)	Alternatif Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Dengan Aktivitas Akuatik (Berenang)	Hasil temuan melalui aktivitas berenang, otot dada dan paru-paru anak mengalami pengembangan dan peningkatan kapasitas, mendukung kemampuan motorik dan fisik secara keseluruhan. Manfaat berenang pada anak usia dini melibatkan peningkatan IQ, kemudahan dalam belajar, peningkatan daya tahan tubuh, pembentukan kepribadian, dan pelatihan keterampilan sosial. Aktivitas ini juga membantu dalam pengembangan keseimbangan, adaptasi terhadap lingkungan, serta memberikan stimulus positif pada motorik anak. Dengan demikian, berenang tidak hanya menjadi aktivitas rekreasi, tetapi juga sarana penting untuk merangsang berbagai aspek perkembangan anak pada usia dini.

Pengaruh Latihan Renang Terhadap Pengembangan Keterampilan Motorik Anak: *Systematic Literature Review*

No.	Peneliti / Tahun	Judul Artikel	Hasil/Temuan
4.	Septiyani (2015)	Pengaruh Aktivitas Akuatik Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan Kelas Atas	Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh aktivitas akuatik terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta. Hasil analisis data dan uji hipotesis menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari aktivitas akuatik terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak. Dengan demikian, aktivitas akuatik dapat dianggap sebagai faktor yang berpengaruh positif terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan di SLB N Pembina Yogyakarta.
5.	Stanković et al., (2023)	Motor Coordination in Children: a Comparison Between Children Engaged in Multisport Activities and Swimming	Penelitian ini menyoroti peran penting koordinasi motorik dalam berbagai aktivitas fisik dan olahraga, menekankan signifikansinya dalam kemahiran gerakan secara keseluruhan dan penampilan.. Secara khusus, anak-anak yang terlibat dalam aktivitas renang secara teratur dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan kemampuan koordinasi motorik anak-anak.
6.	Silva et al., (2020)	Swimming Training Improves Mental Health Parameters, Cognition and Motor Coordination in Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder	Penelitian ini menyoroti efek positif dari pelatihan fisik terhadap kesehatan mental, fungsi kognitif, koordinasi motorik, dan kebugaran fisik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program renang dapat meningkatkan parameter kesehatan mental (stres, depresi), kognisi (fleksibilitas dan selektif), koordinasi motorik (anggota badan bawah dan lateralitas), dan kebugaran fisik (fleksibilitas, resistensi abdominal) pada remaja dengan ADHD. Oleh karena itu, melibatkan anak-anak dalam aktivitas fisik seperti renang dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan kesehatan mental, fungsi kognitif, dan koordinasi motorik.
7.	de Oliveira, et al., (2023).	The Influence of Swimming on Motor Development in Preschool Children	Hasil analisis data dari studi-studi yang dianalisis menunjukkan bahwa mendorong kegiatan renang pada usia pra-sekolah memiliki peran kunci dalam perkembangan motorik anak pada fase penting kehidupan mereka. Renang dianggap sebagai salah satu olahraga paling lengkap, dapat dimulai sejak awal kehidupan, memungkinkan anak melakukan gerakan di dalam air yang tidak dapat dilakukan di luar air.

No.	Peneliti / Tahun	Judul Artikel	Hasil/Temuan
8.	Gllareva, et al., (2020).	Anthropometric and Motor Competence Classifiers of Swimming Ability in Preschool Children— A Pilot Study	Penelitian lintas-seksi ini bertujuan untuk menemukan prediktor kemampuan renang pada anak usia pra-sekolah berdasarkan antropometri (AM) dan kemampuan motorik (MC), dengan membangun klasifikasi keanggotaan kelompok kemampuan renang (SAG). Temuan ini mendukung hipotesis bahwa MQ total dapat menjadi prediktor penting untuk kemampuan renang pada anak usia pra-sekolah. Penelitian ini memberikan wawasan bahwa MQ total dapat digunakan sebagai klasifikasi kemampuan renang anak usia pra-sekolah dan bahwa anak-anak dengan tingkat MC yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan renang yang lebih baik.
9.	Lubomíra & Matúš (2017).	The Influence of Motor Activity on The Swimming Ability of Preschool Aged Children	Penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas motorik dapat memengaruhi, bahkan mempercepat, proses pembelajaran anak usia prasekolah.. Ketika kami menyelidiki dampak aktivitas motorik anak terhadap tingkat kemampuan renang mereka, kami menemukan bahwa anak-anak yang aktif secara fisik lebih mudah memperoleh keterampilan renang dibandingkan dengan anak-anak yang dianggap pasif.
10.	Ildikó, et al., (2019)	Impact of Selected Motion Programs on Swimming Capacity and Motoric Performance of 7 - 8 Year Children in Slovakia	Dalam penelitian ini, disajikan hasil dari dampak program gerakan terpilih yang bertujuan untuk meningkatkan tingkat kemampuan renang dan kinerja motorik anak usia 7-8 tahun. Pada pengukuran keterampilan motorik, kami mencatat tingkat keterampilan keseimbangan yang signifikan secara statistik ($p < 0,01$). Kami berasumsi bahwa peningkatan tingkat kemampuan renang dan kinerja motorik dipengaruhi oleh program gerakan yang dirancang dengan baik dan efisien di dalam air dan di luar air.

Pengaruh Pelatihan Renang pada Kemampuan Motorik Umum Anak

Penelitian tentang pengaruh pelatihan renang pada kemampuan motorik umum anak menunjukkan bahwa berenang memiliki peran penting dalam pengembangan keterampilan motorik pada tahap perkembangan awal. Anak-anak yang terlibat dalam kegiatan renang cenderung memiliki peningkatan kemampuan motorik umum, yang melibatkan koordinasi tubuh, keseimbangan, dan kecakapan motorik lainnya. Dalam konteks ini, beberapa penelitian memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan antara pelatihan renang dan perkembangan keterampilan motorik pada anak-anak (Febrianta, 2016); (Abidin, et al., 2023).

Salah satu penelitian oleh Gllareva et al., (2020) mengeksplorasi aspek klasifikasi kemampuan berenang pada anak usia prasekolah. Hasilnya menunjukkan adanya pengklasifikasian kemampuan berenang yang signifikan berdasarkan variabel gender, usia, antropometri, dan kemampuan motorik. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak dengan total MQ yang lebih tinggi cenderung diklasifikasikan dalam kelompok

kemampuan berenang yang lebih tinggi. Peningkatan kemampuan motorik secara keseluruhan, terutama dalam hal keterampilan motorik dasar, dianggap sebagai dasar yang diperlukan untuk adaptasi lingkungan akuatik dan mempelajari keterampilan motorik berenang secara spesifik.

Peningkatan tersebut menunjukkan dampak positif pelatihan renang pada perkembangan fisik dan kemampuan motorik anak-anak. Hasil ini dapat diartikan sebagai kontribusi olahraga renang terhadap pertumbuhan dan perkembangan fisik anak-anak pada usia tersebut. Pelatihan renang secara teratur dapat meningkatkan kekuatan otot, koordinasi, dan keterampilan motorik umum. Dengan adanya aktivitas renang yang terstruktur, anak-anak dapat merasakan peningkatan performa fisik mereka secara menyeluruh (Septiyani, 2015).

Penelitian oleh Gllareva, et al., (2020) menyoroti aspek penting pelatihan renang dalam membentuk kemampuan motorik anak-anak usia 7-8 tahun. Hasil pengujian awal dan akhir menunjukkan peningkatan signifikan dalam kapasitas berenang dan kemampuan motorik, khususnya kemampuan keseimbangan. Peningkatan ini diyakini disebabkan oleh program gerakan yang dirancang secara efisien dalam air dan di darat. Hasil temuan ini mendukung ide bahwa pelatihan renang dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan keterampilan motorik dan kemampuan berenang pada anak-anak usia dini. Dengan melakukan uji coba pada awal dan akhir periode pelatihan, penelitian ini memberikan bukti langsung tentang perubahan positif dalam kemampuan motorik anak-anak setelah terlibat dalam program berenang terstruktur.

Selain itu, penelitian oleh Lubomíra & Matúš, (2017) melibatkan anak-anak prasekolah menyoroti dampak motorik aktivitas pada proses pembelajaran. Sebuah kursus renang selama dua minggu, terdiri dari sepuluh pelajaran, diadakan dengan penilaian tingkat kemampuan berenang sebelum dan setelah kursus. Hasilnya menunjukkan bahwa anak-anak yang aktif secara fisik cenderung lebih mudah mengakuisisi keterampilan berenang dibandingkan dengan anak-anak yang dianggap pasif. Temuan ini memberikan wawasan tentang hubungan antara aktivitas motorik dan kemampuan berenang pada anak usia prasekolah. Fakta bahwa anak-anak yang aktif fisik memiliki kemampuan berenang yang lebih baik menunjukkan bahwa aktivitas motorik dapat mempercepat proses pembelajaran berenang pada usia dini. Hal ini menunjukkan bahwa pengenalan anak-anak pada aktivitas fisik, seperti berenang, dapat memiliki dampak positif pada perkembangan keterampilan motorik umum mereka.

Studi lainnya oleh Ildikó et al., (2019) juga menyoroti peran berenang dalam perkembangan motorik anak-anak prasekolah. Penelitian ini mencatat peningkatan signifikan dalam kemampuan berenang dan kinerja motorik umum setelah program berenang terstruktur. Dengan melakukan pengujian sebelum dan setelah penelitian, para peneliti dapat mengukur perubahan dalam kapasitas berenang dan keterampilan motorik umum. Pentingnya pelibatan anak-anak dalam kegiatan berenang pada usia dini juga dibahas dalam konteks pengembangan keterampilan motorik. Studi ini menunjukkan bahwa pelatihan renang tidak hanya mempengaruhi kemampuan berenang anak-anak, tetapi juga berdampak positif pada keterampilan motorik umum, seperti keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan otot.

Sebagai tambahan, penelitian juga menyentuh aspek-aspek khusus dari pengembangan motorik anak-anak melalui berenang (Midona & Octavia, 2022). Sebagai contoh, penelitian yang melibatkan pengukuran efek gerakan manipulatif pada anak-anak yang berpartisipasi dalam program berenang menunjukkan bahwa sebagian

besar anak memiliki perkembangan yang rendah dalam hal gerakan manipulatif. Hal ini mengindikasikan bahwa pengembangan kemampuan manipulatif memerlukan perhatian khusus, dan bahwa program berenang dapat memainkan peran penting dalam memfasilitasi perkembangan ini. Di sisi lain, penelitian Sriningsih (2020) menyoroti bahwa hasilnya dapat bervariasi tergantung pada karakteristik anak, seperti usia, lingkungan, dan kondisi emosional. Penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor ini dalam merancang program pelatihan berenang yang efektif untuk anak-anak prasekolah.

Dalam keseluruhan, temuan dari sejumlah penelitian tersebut menegaskan pentingnya pelatihan renang dalam pengembangan kemampuan motorik anak-anak. Berenang tidak hanya memberikan manfaat langsung terhadap kemampuan berenang, tetapi juga memiliki dampak positif pada keterampilan motorik umum, perkembangan fisik, dan bahkan proses pembelajaran. Oleh karena itu, peran pelatihan renang dalam merangsang kemampuan motorik anak-anak sejak dini tidak dapat diabaikan. Implementasi program berenang yang terstruktur dan efektif dapat memberikan kontribusi positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak-anak pada tahap-tahap awal kehidupan mereka.

KESIMPULAN

Kesimpulannya, penelitian ini mengindikasikan bahwa pelatihan renang memiliki dampak positif yang signifikan pada pengembangan kemampuan motorik umum anak-anak. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam kegiatan renang mengalami peningkatan keterampilan motorik, termasuk koordinasi tubuh, keseimbangan, dan kecakapan motorik lainnya. Hasil dari beberapa studi menyiratkan bahwa pelatihan renang tidak hanya memberikan manfaat langsung terhadap kemampuan berenang anak-anak, tetapi juga memiliki efek positif pada keterampilan motorik umum, termasuk keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan otot.

Penelitian ini memberikan dasar yang kuat untuk mendukung peran penting pelatihan renang dalam pengembangan keterampilan motorik anak-anak. Implikasinya melibatkan tidak hanya pemahaman lebih dalam tentang hubungan antara pelatihan renang dan perkembangan motorik, tetapi juga memberikan dasar untuk merancang program pelatihan yang lebih efektif dan relevan bagi anak-anak usia dini. Dengan memberikan perhatian khusus pada pengembangan keterampilan motorik melalui aktivitas renang, dapat diharapkan bahwa anak-anak akan memperoleh manfaat jangka panjang dalam kesehatan fisik, perkembangan keterampilan motorik, dan kesejahteraan secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, J., Eryani, E., Aliyah, F. H., Mustakimah, I., & Putri, N. A. (2023). METODE PEMBELAJARAN OLAHRAGA RENANG DALAM MENINGKATKAN MOTORIK KASAR DI TK PGRI MERPATI BABAKAN PANGANDARAN. *Al-Abyadh*, 6(2), 63-73.
- Clark, J. E., & Metcalfe, J. S. (2002). The mountain of motor development: A metaphor. *Motor development: Research and reviews*, 2(163-190), 183-202.
- de Oliveira, N. S., Júnior, J. R. Z., da Silva, R. L., & de Melo, G. E. L. (2023). The influence of swimming on motor development in preschool children: an integrative review. *Caderno de ANAIS HOME*.
- Febrianta, Y. (2016). Alternatif mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini dengan aktivitas akuatik (berenang). *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), 85-95.

- Fransen, J., Pion, J., Vandendriessche, J., Vandorpe, B., Vaeyens, R., Lenoir, M., & Philippaerts, R. M. (2012). Differences in physical fitness and gross motor coordination in boys aged 6–12 years specializing in one versus sampling more than one sport. *Journal of sports sciences*, 30(4), 379-386.
- Gllareva, I., Trajković, N., Mačak, D., Šćepanović, T., Kostić Zobenica, A., Pajić, A., ... & Madić, D. M. (2020). Anthropometric and motor competence classifiers of swimming ability in preschool children—A pilot study. *International journal of environmental research and public health*, 17(17), 6331.
- Ildikó, V., József, K., Lubomíra, B., & Matúš, P. (2019). Impact of selected motion programs on swimming capacity and motoric performance of 7-8 year children in Slovakia. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(3), 1703-1707.
- Jaakkola, T., Watt, A., & Kalaja, S. (2017). Differences in the motor coordination abilities among adolescent gymnasts, swimmers, and ice hockey players. *Human Movement*, 18(1), 44-49.
- Lopes, V. P., Maia, J. A., Rodrigues, L. P., & Malina, R. (2012). Motor coordination, physical activity and fitness as predictors of longitudinal change in adiposity during childhood. *European journal of sport science*, 12(4), 384-391.
- Lubans, D. R., Morgan, P. J., Cliff, D. P., Barnett, L. M., & Okely, A. D. (2010). Fundamental movement skills in children and adolescents: review of associated health benefits. *Sports medicine*, 40, 1019-1035.
- Lubomíra, B., & Matúš, P. (2017). The influence of motor activity on the swimming ability of preschool aged children. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(3), 1043-1047.
- Midona, R. & Octavia, R. (2022). RM PENGARUH RENANG GAYA DADA TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA SMP KELAS VII. *Jurnal Edu Research*, 11(1), 24-27.
- Rachmawati, (2007). *Jurnal Teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Saripudin, A. (2019). Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau Dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Equalita: Jurnal Studi Gender dan Anak*, 1(1), 114-130.
- Septiyani, P. (2015). PENGARUH AKTIVITAS AKUATIK TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK TUNAGRAHITA RINGAN KELAS ATAS. *MEDIKORA*, 16(2), 1-14.
- Silva, L. A. D., Doyenart, R., Henrique Salvan, P., Rodrigues, W., Felipe Lopes, J., Gomes, K., ... & Silveira, P. C. (2020). Swimming training improves mental health parameters, cognition and motor coordination in children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *International journal of environmental health research*, 30(5), 584-592.
- Sriningsih, S. (2020). Keterampilan Renang Gaya Kupu-Kupu melalui Pendekatan Bermain dalam Pembelajaran Akuatik. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 43-52.
- Stanković, D., Horvatin, M., Vlašić, J., Pekas, D., & Trajković, N. (2023). Motor coordination in children: A comparison between children engaged in multisport activities and swimming. *Sports*, 11(8), 139.
- Syaodih, N. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- WIDIASTUTI, W., & HAMAMAH, F. (2017). Model Pembelajaran Renang (Fh) Bagi Siswa Prasekolah. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 11(2), 358-368.