
PROFIL KLUB RENANG DITINJAU DARI MODEL LATIHAN ATLET PEMULA

Dewi Defita Putri ^{1*}, Dadang Warta Chandra Kesumah ², Muhsan ³

^{1 2 3} Universitas Pendidikan Mandalika, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

* Penulis Korespondensi: dewidefita0@gmail.com

Diserahkan: 31 Oktober 2023

Direviu: 30 November 2023

Diterbitkan: 31 Desember 2023

Abstrak

Permasalahan dalam penelitian ini berdasarkan hasil pengamatan yang peneliti lakukan banyak nya club renang di Kota Mataram dengan memiliki atlet pemula dan penerapan model latihan yang dilakukan di setiap club renang ini berbeda- beda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan model latihan di dalam klub renang khususnya di Kota Mataram. Instrumen penelitian dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan observasi pada penelitian kualitatif, dengan memahami secara mendalam tentang obyek yang diteliti mempersiapkan daftar pertanyaan dan alat perekam untuk memperoleh data dan dilanjutkan dengan teknik pengumpulan data. analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif dengan metode interaktif. Jadi Hasil dari wawancara dan observasi di setiap club menerapkan metode latihan yang berbeda, Model latihan atlet pemula yang diterapkan pada club renang TMSC menggunakan model latihan robot, jatayu swimming club menggunakan model latihan personal system for instruction dan moyoshaki swimming club menggunakan model latihan baby siter. Keterlaksanaan penerapan model latihan memiliki hasil yang berbeda. Perbedaan model latihan yang diterapkan inilah yang membuat dampak atau hasil yang didapatkan dari latihan berbeda- beda karena hal ini berhubungan dengan prestasi club yang diraih pada kejuaraan terakhir.

Kata kunci: Klub, Renang, Model, Latihan, Atlet, Pemula

PENDAHULUAN

Renang adalah salah satu jenis olahraga air yang saat ini sangat digemari di masyarakat Indonesia pada umumnya. Pelatihan dalam cabang olahraga renang adalah salah satu upaya untuk meningkatkan olahraga sebagai sarana meraih prestasi. Pelatihan olahraga merupakan salah satu upaya untuk membentuk karakter yang memiliki jiwa sportivitas, mandiri, dan memiliki pikiran yang berkembang. tujuan utama dari pelatihan olahraga renang adalah membantu atlet menjadi pemain yang terampil dan bersifat sportif serta menyadari kebermaknaan olahraga untuk menunjang kehidupan yang lebih baik. Keberhasilan pembinaan dan pelatihan bagi para atlet pada cabang olahraga renang tidak hanya diwujudkan dalam bentuk perilaku para atlet diharapkan dapat memperoleh prestasi optimal baik pada kejuaraan lokal maupun nasional. seiring dengan perkembangan cabang olahraga di tanah air, perkembangan olahraga renang di provinsi NTB turut meningkat. Prestasi atlet di provinsi NTB masih kurang dibandingkan dengan para atlet dari provinsi lain. pada event kejuaraan tingkat nasional antar provinsi, prestasi para atlet renang masih kurang dibanding dengan provinsi lain. Beragam faktor yang membuat tertinggalnya prestasi para atlet antara lain anggaran, fasilitas, sistem latihan maupun karakteristik yang melekat pada atlet seperti motivasi, disiplin maupun kesempatan yang dimiliki.

Menurut (isna pratiwi, 2015) olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Seperti halnya makan, olahraga merupakan kebutuhan hidup yang sifatnya periodik artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan, tidak dapat ditinggalkan. Sedangkan renang gaya bebas merupakan gaya renang yang termasuk mudah untuk dipelajari oleh semua kalangan, terutama bagi pemula atau anak sekolah dasar, karena pada konsep dasarnya berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air, kedua kaki digerakkan naik turun ke atas serta ke bawah secara bergantian serta kedua tangan bergantian mengayuh kedepan olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial. Struktur anatomi santhropometris dan fungsi fisiologisnya, stabilitas emosional dan kecerdasan intelektualnya maupun kemampuannya bersosialisasi dengan lingkungannya nyata lebih unggul pada siswa-siswa yang aktif mengikuti kegiatan penjas-or dari pada siswa-siswa yang tidak aktif mengikuti penjas-or (muhammad faisal lutfi amri, 2022). Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang dapat diajarkan pada anak-anak dan dewasa, bahkan bayi umur beberapa bulan sudah dapat mulai diajarkan renang. Renang memiliki manfaat yang sangat besar, terutama apabila dilakukan dengan arahan dari pelatih. Renang jika dilakukan dengan suatu pelatihan tertentu dapat menyembuhkan penyakit (kingkin widiasih, 2023). Oleh karena itu, membutuhkan sebuah klub renang yang dapat mengajarkan praktek dasar renang dengan cara yang benar untuk memperoleh manfaat tersebut. Klub renang dapat menggali potensi yang ada dalam diri manusia sebagai sarana berolahraga dan rekreasi, dengan berolahraga maka tubuh akan menjadi sehat. Kota mataram adalah salah satu daerah pemerintahan kota di indonesia yang merupakan bagian dari provinsi ntb. Kota mataram terbagi dalam enam kecamatan dan sembilan kelurahan. Memiliki wilayah seluas 61,3 km² dan jumlah penduduk berdasarkan sensus penduduk maret 2019 sebanyak 486.715 jiwa. Dengan bertambah banyaknya jumlah penduduk di kota mataram, maka menambah jumlah kebutuhan fasilitas, khususnya klub renang. Oleh karena itu kita sebagai penduduk ntb melihat klub mana saja yang mencetak atlet sampai internasional dan dibalik itu bagaimana model latihan atlet-atlet klub di ntb agar penduduk ntb bisa mendaftarkan anak nya di klub tersebut. Gaya bebas merupakan gaya renang yang memiliki gerakan lurus yang memungkinkan setiap orang mudah untuk mempelajarinya. Pendapat lainnya mengemukakan bahwa gaya bebas merupakan satu-satunya gambaran mengenai berenang (ulfa maulidin, 2023). Gaya ini merupakan gaya tercepat dan berdasarkan gaya ini pula kehebatan seseorang dapat dinilai. Selain itu gaya bebas juga gaya yang paling sering dilombakan pada setiap event perlombaan baik tingkat kecamatan, daerah, nasional maupun internasional (david, g. Thomas, 2006). Oleh sebab itu guru dan sekolah menjadi sangat penting untuk memfasilitasi dalam siswa untuk mempelajari olahraga renang.

Menurut (thomas , 2002) salah satu teknik dasar berenang yang sukar adalah mengapung. Pengapungan adalah dasar dari semua gaya renang yang merupakan suatu karakteristik alamiah tubuh dan perlu dipelajari. Ada 3 hal penting dalam mengatur pengapungan tubuh: pengaturan pernafasan (banyaknya udara yang dihirup), posisi tubuh (keseimbangan), relaksasi. Mengapung terlentang merupakan salah satu teknik renang yang paling penting dipelajari, karena dengannya anda dapat beristirahat dan bernafas diperairan yang cukup dalam. Teknik ini dapat menyelamatkan anda dikeadaan darurat dalam lingkungan air, dengan belajar mengapung anda akan tau caranya menyeimbangkan tubuh ke posisi mendekati horizontal. Renang adalah jenis olahraga yang dilakukan di dalam air yang dikenal sejak zaman pra sejarah yang menjadi kebutuhan manusia dalam kehidupannya, terutama sekali digunakan untuk membeladiri dalam perubahan alam seperti banjir. Renang gaya bebas adalah berenang dengan cara posisi dada menghadap ke permukaan air, kedua belah tangan secara bergantian digerakkan jauh ke depan dengan gerakan mengayuh, sementara

kedua belah kaki secara bergantian dicambukkan naik turun ke atas dan ke bawah. Sewaktu berenang gaya bebas, posisi wajah menghadap ke permukaan air, pernafasan dilakukan saat lengan digerakkan ke luar air, saat tubuh dalam posisi miring dan kepala dipalingkan ke samping. Sewaktu mengambil nafas, perenang bisa memilih untuk menolehkan kepala ke kanan atau ke kiri. Renang gaya bebas ini asal usulnya meniru gerakan merangkak harimau, maka gaya ini disebut juga gaya rimau. Sekarang renang gaya bebas ini telah dipertandingkan dalam pertandingan internasional dengan nama lain yaitu free style (gaya bebas). Renang gaya bebas adalah renang dengan gaya sebebas-bebasnya, selain dari gaya dada, punggung dan kupu-kupu, namun di dalam pertandingan, orang lebih memilih gaya free style (abdul malik, 2015). Gaya bebas merupakan gaya yang cukup efektif. Yang dimaksudkan gaya bebas disini adalah gaya bebas dalam perlombaan renang, yang selalu dilakukan. Gerakan gaya bebas sangat penting untuk dianalisis agar dapat meminimalisir kesalahan dalam suatu kejuaraan renang. Penting nya kebenaran biomekanika gerak dalam renang gaya bebas untuk mencapai teknik yang baik sebagai salah satu penentu prestasi (feri fitriyanto, 2018). Kemampuan untuk berenang adalah suatu keterampilan mendasar yang harus dikuasai setiap siswa. Segini mungkin siswa tersebut dapat berenang atau bahkan menguasai teknik dan gaya berenang, maka akan semakin baik. Mungkin jika seorang siswa memiliki bakat dalam berenang, maka dapat ditindak lanjuti agar bisa menjadi atlet renang dikemudian hari dengan pembinaan yang terjaga dengan baik. Kecelakaan di air sekarang banyak terjadi, baik di sungai, danau, ataupun dilaut lepas. Kecelakaan yang diakibatkan oleh tenggelamnya kapal-kapal besar dan perahu perahu kecil yang sedang berlayar, serta anak-anak maupun orang dewasa yang bermain diperairan. Ketika terjadi kecelakaan tersebut maka pertama kali yang di pikirkan adalah menyelamatkan diri dengan cara berenang. Jika tidak bisa berenang maka akan tenggelam atau hal yang paling menakutkan adalah kematian (muhammad ali, 2012).

Menurut (budiningsih, 2010) gaya dada adalah gaya yang gerakannya meniru gerakan katak saat berenang. Gaya dada dalam perkembangannya terdiri dari gaya dada tradisional (gaya rekreasi) dan gaya modern (gaya prestasi), kedua macam gaya ini teknik gerakannya sangat berbeda. Menjelaskan renang gaya dada atau gaya kupu-kupu adalah gaya berenang yang dilakukan dengan kedua lengan secara bersamaan mengayuh bergerak ke depan. Kedua tangan membenteng kemudian mengepak untuk mengayuh maju ke depan. Gerakan dua tangan tersebut seperti gerakan sayap kupu-kupu. Untuk melakukan gaya ini dibutuhkan tenaga yang besar, irama, dan koordinasi gerak yang baik. Gaya ini paling sulit dipelajari dibandingkan gaya lainnya. Sangat penting mempelajari keterampilan gerak dasar pada usia dini karena apabila kurang cukup diajarkan tentang keterampilan gerak dasar, anak akan mengalami berbagai hambatan dalam mempelajari dan melakukan berbagai keterampilan gerak yang lebih sulit di kemudian hari, seperti mempelajari keterampilan teknik olahraga (sport skill) nantinya (mustafa & dwiyogo, 2020). Gerak dasar yang paling sering dilakukan oleh anak dalam setiap aktivitasnya adalah gerak dasar lokomotor yang terdiri atas gerakan jalan, lari, lompat dan loncat. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia dari usia anak-anak sampai usia dewasa selalu melakukan kegiatan gerak dasar lokomotor (anak agung ngurah putra laksana, 2021).

Menurut (muchamad ishak, 2020) teknik renang gaya punggung ini salah satu teknik renang yang unik dibandingkan teknik renang gaya lainnya, uniknya renang gaya punggung yaitu berenang dengan posisi punggung menghadap ke permukaan air, gerakan tangan dan kaki hamper serupa dengan renang gaya bebas, tetapi dengan posisi tubuh terlentang di permukaan air. Berbeda dengan ketiga gaya renang lainnya yang posisi renangnya tengkurep di permukaan air. Pada olahraga tersebut tidak membutuhkan alat-alat khusus yang mendukung untuk melakukan teknik gerakanya. Karena pada umumnya yang dibutuhkan untuk melakukan olahraga renang hanya pakaian khusus

renang yang lazim digunakan dalam pelaksanaan gerakannya. Terdapat beberapa manfaat di antaranya adalah sebagai salah satu merelaksasi otot ketika telah melakukan aktifitas berat, lalu berenang dapat mengurangi bahkan menyembuhkan gangguan pernapasan seperti asma, sebagai relaksasi pikiran menghilangkan stress karena dengan berenang otomatis ritme pernafasan akan lebih teratur, predaran darah dan tekanan darah pun semakin lancar, karena oksigen yang diangkut oleh darah maka dari itu sirkulasi oksigen ke otak pun akan semakin lancar dan pikiran pun akan terasa nyaman. Renang gaya kupu-kupu atlet belum maksimal saat mengikuti kejuaraan/pertandingan baik dalam daerah maupun nasional. Mungkin ini disebabkan oleh beberapa faktor berupa faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental, faktor eksternal seperti semangat dari orang tua, motivasi, gizi atlet, pelatih. Peran pelatih juga sangat berguna untuk memaksimalkan prestasi atlet agar atlet kembali berprestasi di daerah maupun nasional (Albert Siallagan, 2021).

Menurut (Sabaruddin Yunis Bangun, 2021) pelatih pemula mengatakan bahwa dalam memberikan model latihan masih kurang dalam menggunakan media alat bantu dan hanya masih menggunakan model latihan yang standart. Kemudian pelatih pemula juga mengatakan mereka keterbatasan dalam buku materi renang untuk pemula khususnya pada gaya bebas. Sehingga atlet mengalami keterlambatan komunikasi dan keterambatan dalam menguasai teknik dasar renang gaya bebas. Hal lain ditemukan juga atlet merasa bosan dengan model latihan yang monoton untuk teknik dasar renang gaya bebas yang telah diberikan pelatih. Sumber informasi penelitian terdahulu yang memuat gerakan teknik dasar renang gaya bebas tetapi tidak memaparkan gerakan atau metode secara signifikan atau secara lengkap yang harus dilakukan atlet pemula dan kemudian pengembangan yang dikembangkan penelitian terdahulu masih belum jelas seperti apa model dan alat bantu latihan yang digunakan. Pelatih adalah kunci utama untuk mencetak suasana latihan, pelatih juga dituntut untuk kreatif agar suasana latihan tidak membosankan dan menarik seperti permainan dan menggunakan alat yang menarik saat proses latihan. Masalah tersebut tidak boleh dibiarkan berkelanjutan, oleh karena itu diperlukan berbagai usaha yang menunjang keberhasilan atlet dalam melakukan renang gaya bebas. Maka usaha yang dilakukan peneliti adalah dengan memberikan beberapa bentuk model latihan yang lebih menarik dan tidak membosankan atlet pada saat latihan. Pengertian latihan yang berasal dari kata training, adalah penerapan dari suatu proses penyempurnaan kemampuan berolahraga yang berisikan materi teori dan praktek menggunakan metode dan aturan pelaksanaan dengan pendekatan ilmiah melalui prinsip pendidikan yang terencana dan teratur sehingga tujuan dapat tercapai tepat pada waktunya (Sukadiyanto, 2002). Mengartikan training adalah proses penyempurnaan berolahraga melalui pendekatan ilmiah, khususnya prinsip-prinsip pendidikan secara teratur dan terencana sehingga mempertinggi kemampuan dan kesiapan olahragawan (Djoko, 2002). Latihan merupakan suatu proses yang sistematis dan berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya (Rusli Lutan, 2000). Prinsip latihan adalah pedoman dan peraturan yang sistematis yang seluruhnya berlangsung dalam suatu proses latihan (Bompa, 1994). Di antara gaya yang lain renang gaya kupu-kupu merupakan gaya yang paling indah dikarenakan gerakannya dilakukan seperti berenang lumba-lumba, banyak masyarakat menyebut renang gaya kupu-kupu ini dengan sebutan renang gaya dolphin, dalam pembelajaran renang gaya kupu-kupu ini mahasiswa harus sudah bisa berenang gaya bebas dikarenakan akan lebih mudah dalam mempelajari gaya kupu-kupu, pembelajaran renang gaya kupu-kupu masuk kedalam materi perkuliahan aquatik II bersama dengan pembelajaran gaya dada (Ruslan Abdul Gani 2019). Pengertian model latihan fleksibilitas adalah suatu cara yang digunakan dalam aktivitas fisik agar dapat

melakukan segala aktivitas gerak dengan leluasa dan nyaman untuk meraih prestasi setinggi-tingginya (wiwin hariyanti, 2019).

Menurut (muhammad razak abduh, 2018) alat renang merupakan suatu alat yang membantu proses peningkatan. Teknik renang adalah sebagai alat untuk membantu perenang dalam menggerakkan dan melatih gerakan kaki ketika berada di air, melatih perenang agar seimbang dan mengurangi berat tubuh ketika berada didalam air dan sebagai pegangan bagi perenang agar tidak mudah tenggelam dalam air sehingga mampu melakukan gerakan renang dengan leluasa (parmana, 2020). Adapun alat renang yang dapat meningkatkan teknik renang di antaranya swimming bouard, menurut teori corleet dalam jurnal (permana, 2016) ialah pembelajaran renang dengan menggunakan papan pelampung sangat efisien dan efektif, karena pada saat bergerak papan pelampung dapat mengurangi berat tubuh, sehingga gerakan tungkai atau lengan lebih ringan. Latihan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan yang berubah-ubah untuk bertujuan meningkatkan kemampuan seseorang. Latihan adalah suatu proses penyempurnaan olahraga yang di atur dengan prinsip-prinsip yang bersifat ilmiah, khususnya prinsip pedagogis, proses ini yang direncanakan secara sistematis meningkatkan kesiapan seseorang olahragawan (nossek josef dalam jurnal (primayanti & isyani, 2019). Belajar keterampilan adalah suatu upaya meningkatkan keterampilan tertentu berdasarkan hasil dari proses latihan dan hasilnya bersifat permanen. Pembelajaran motorik mengacu pada pembelajaran, keterampilan berorientasi gerakan (badruzaman, 2020). Pembelajaran motorik dapat dianggap sebagai tercermin atau disimpulkan oleh perubahan yang relatif permanen dalam kinerja atau potensi perilaku yang dihasilkan dari praktik atau pengalaman masa lalu dalam situasi tersebut. Konsekuensinya, latihan, terutama praktik yang baik, diperlukan untuk perbaikan (singer, 1980). Pembelajaran renang adalah upaya proses perbaikan terhadap kemampuan dasar renang yang telah dimiliki oleh setiap siswa/mahasiswa. Suatu penampilan keterampilan renang merupakan dukungan dari komponen kemampuan dasar renang tersebut.

Menurut (yediya evenetus, 2019) kemampuan dasar renang dalam study ini adalah, kemampuan menyelam, mengapung, meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, koordinasi kaki dan lengan, dan kemampuan mengambil nafas. Komponen-komponen tersebut yang diajarkan untuk ditingkatkan kemampuannya untuk mencapai pada tingkat penampilan renang yang memadai atau mencapai jarak tertentu. Hal ini sesuai dengan program renang untuk pemula oleh red cross akibatnya, palang merah merevisi dan mengatur ulang keterampilan yang terkait dengan program belajar berenang tingkat pemula mereka. Latihan beban adalah jenis latihan paling umum dari latihan kekuatan untuk membangun kekuatan fisik dan menambah ukuran otot kerangka. Latihan ini memanfaatkan kekuatan gravitasi (dalam bentuk tongkat pengangkat beban yang dibebani cakram beban dari logam) untuk menimbulkan daya tekanan yang ditimbulkan otot melalui kontraksi konsentrik maupun kontraksi eksentrik. Latihan beban menggunakan berbagai jenis alat latihan beban yang menyasar pada sekelompok otot yang spesifik dan berdasarkan gerakan. Medicine ball adalah bola medicine yang terdiri dari berbagai macam ukuran dan berat beban tertentu. Pada umumnya latihan medicine ball dilakukan dengan menangkap dan melempar yang dilakukan dengan cepat, akselerasi maksimum untuk mencapai sukses pada setiap akhir latihan.

METODE

Penelitian ini menggunakan teknik observasi wawancara dengan Metode deskriptif kualitatif dengan hasil pengamatan peneliti ada 7 klub renang sebagai populasi dan 3 klub renang sebagai sampel yang digunakan oleh peneliti. Pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentas. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini deskriptif kualitatif dengan metode

interaktif yang terdiri dari empat hal utama yaitu, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

Tabel 1. Kisi-Kisi Pertanyaan Penelitian

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Club ini sudah berapa lama berdiri nya?	
2.	Apakah klub ini menggunakan Sertifikat pelatih?	
3.	Apa saja Syarat-syarat menjadi pelatih di club ini?	
4.	Apakah club ini mempunyai program latihan yang terstruktur?	
5.	Berapa banyak pelatih di club ini?	
6.	Berapa banyak atlit pemula di club ini?	
7.	Fasilitas yang digunakan apakah milik club sendiri?	
8.	Sarana apa saja yang dibutuhkan atlit pemula?	
9.	Bagaimana kondisi tempat latihan di club ini?	
10.	Dalam seminggu berapa hari program latihan atlit pemula di club ini?	
11.	Apakah sejauh ini apakah ada atlit-atlit pemula yang mengikuti pertandingan?	

HASIL & PEMBAHASAN

Deskripsi lokasi penelitian penelitian ini dilaksanakan di beberapa klub renang yang ada di kota mataram yaitu, klub renang moyoshaki, klub renang jatayu, klub renang mayure yang telah ditetapkan sebagai contoh klub di ntb dengan mencetak atlet-atlet renang terbaik di ntb. Profil perkumpulan renang tirta mayura swimming club perkumpulan renang tirta mayura swimming club berdiri pada tanggal 10 oktober 1990 oleh 9 perenang ntb yaitu dayat, albert, made arta, alosius, syamsul hadi, lina, vera astuti, ni ketut rai, dan yanti. Tetapi saat ini hanya made arta yg aktif mengembangkan perkumpulan renang tirta mayura swmming club (tmisc) sampai seperti sekarang ini dengan teman teman pelatih dan dorongan yang begitu antusias oleh baiq elok megawati selaku ketua prsi propinsi ntb, musafak selaku badan pembinaan prestasi propinsi ntb. Perkumpulan renang tirta mayura swimming club (tmisc) adalah salah satu club renang tertua di ntb. Perkumpulan renang tirta mayura swmming club (tmisc) yang sekarang bermarkas di kolam renang tirta mayura yang mana banyak menghasilkan perenang yang berbakat untuk di uji coba ke event event nasional. Salah satu alasan perkumpulan renang tirta mayura swimming club (tmisc) dibentuk adalah para perenang ntb ingin menciptakan high-performance swimmers yang dapat terus berkembang di ntb dan dapat menggantikan mereka di tim ntb dan di teruskan di kancah nasional. Perkumpulan renang tirta mayura swimming club (tmisc) juga ingin membagi teknik berenang kepada generasi baru atlet renang ntb sebagaimana mereka juga belajar dari para senior mereka. Sampai saat ini perkumpulan renang tirta mayura swimming club (tmisc) telah menjadi perkumpulan renang terbaik di ntb dalam hal pembinaan perenang di bantu oleh para pelatih yang berlatih di kolam renang tirta mayura namun perkumpulan renang tirta mayura swimming club (tmisc) juga melihat pentingnya pengembangan renang di lingkungan sekolah dalam rangka mencari atlet-atlet berpotensi. Perkumpulan renang tirta mayura swimming club (tmisc) juga telah bekerjasama dengan pelatih dan sekolah yang berada di kota mataram. Model latihan yang dilakukan oleh tirta mayura swimming club (tmisc) dengan menggunakan metode robot.

Moyoshaki adalah klub olahraga yang memiliki beberapa keahlian cabang olahraga seperti renang, polo air, dan selam. Berdirinya moyoshaki berawal dari seorang mantan atlet nasional selam bernama m. Harry hidayat yang mencintai olahraga air termasuk dibidang renang. Beliau memiliki istri bernama faizah harry serta 4 orang anak. Beliau mengarahkan empat anaknya dibidang olahraga renang hingga berprestasi. Setelah ketiga anaknya beranjak dewasa dan mulai menempuh pendidikan olahraga, beliau memutuskan membangun kolam renang ditanah pribadi dengan ukuran 25m x 10m dan 10m x 5m yang dinamakan kolam renang moyoshaki. Tahun 2011 keluarga pecinta olahraga air ini meresmikan nama sebuah untuk klubnya yaitu moyoshaki. Klub ini membuka pembinaan sejak usia dini dan sejak pemula, pembinaan langsung ditangani oleh keluarga ini. Klub moyoshaki sangat membuka lebar kesempatan bagi yang ingin belajar mengajar, terutama mahasiswa yang ingin mencari pengalaman bekerja dalam bidang mengajar. Terhitung hingga tahun 2023, klub ini sudah melatih lebih dari 20 calon pengajar renang dan memiliki 4 pengajar mahasiswa yang mulai ikut membina. Moyoshaki adalah singkatan nama dari 4 anak pemilik kolam renang moyoshaki yaitu mory, yono, yutsya dan kino. Singkatan yang berasal dari 4 gabungan nama saudara kandung ini mengisyartakan harapan bahwa pelatih, atlet, orang tua atlet, dan saudara atlet memiliki hubungan kerjasama yang sangat erat dalam Ikan paus tanduk hidup menyusuri samudra dan banyak ditemui di samudra antartika. Tanduk pada paus ini memiliki banyak fungsi dan selalu bertambah tumbuh. Dari asal usul tersebut logo ini mengartikan bahwa keluarga moyoshaki (atlet, para pelatih dan orang tua atlet) akan berperan sebagaimana diibaratkan peran dan fungsi alat tubuh paus tanduk'yang bersatu menjadi badan paus tanduk untuk membantu para atlet semakin berkembang meraih prestasi tertinggi.

Jatayu swimming club yang berada di kota mataram salah satu cabang berasal dari jatayu swimming club bali, club ini mempunyai pelatih lokal dengan di ketuai oleh bapak fatchur rizal. Club jatayu lombok sudah mulai pada tahun 2020 tetapi diresmi berdiri nya pada tanggal 22 januari 2022 sampai saat ini .yang didirikan oleh (fakturizal) telah banyak prestasi yang di raih oleh club' jatayu bahkan sampai di kancah internasional (sea eat malaysia), juga beberapa prestasi dalam negeri yaitu : indonesia open, jatim open, porprov ntb, o2sn. Adapun nama-nama pelatih yang sangat berpengaruh dalam perkembangan para atlet yaitu. Bapak fakturizal, bapak lalu wira sengkana, bapak i wayan sudaesa, se dan bapak sam. Klub ini menggunakan model latihan personal system for instruction dengan latihan jadwal seminggu 3 kali untuk pemula jika kondisi nya dicari yang aman biasa nya di block lintasan untuk pendek nya jadi tidak terganggu oleh pengunjung yang lain. Program lkatihan untuk pemula seminggu 3 kali hari selasa, Kamis, sabtu hanya 1 jam dari jam 4-5 sore dengan 1 paket 8 pertemuan, dengan latihan gaya pertama digunakan gaya bebas dan teknis nya sebagai berikut. Telah banyak prestasi yang di raih oleh klub jatayu bahkan sampai kancah internasional (sea eat malaysia), juga beberapa prestasi di dalam negeri yaitu indonesia open, jatim open, porprov ntb, o2sn.

Alif Faturrohmah (2020), pemetaan penelitian pembelajaran renang di indonesia tahun 2017-2020, penelitian ini bertujuan untuk memetakan penelitian-penelitian pembelajaran renang di indonesia tahun 2017-2019. Penelitian ini menggunakan meta analisis data dengan metode survey dan pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan sampel menggunakan purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah 20 abstrak penelitian pembelajaran renang pada tahun 2017-2019. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik dokumentasi dengan validasi instrument penelitian dengan menggunakan expert judgement. Dalam pedoman dokumentasi terdapat koding untuk mempermudah proses analisis. Koding tersebut antara lain judul penelitian, penelitian (nama penelitian dan institusi penelitian), tahun penelitian, tujuan penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, dan kesimpulan. Analisis yang digunakan adalah analisis persentase dan kuantitatif. Hasil dari pemetaan penelitian pembelajaran renang tahun

2017-2019 di Indonesia menunjukkan sebanyak 30% penelitian pembelajaran renang berasal dari kampus uny. Sebanyak 40% penelitian ditemukan pada tahun 2018. Sebanyak 80% pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang paling banyak digunakan adalah deskriptif dengan 55%. Penelitian yang menggunakan siswa sebagai sampel sebanyak 40%. Ada empat teknik pengumpulan data yang memperoleh persentase sama sebanyak 15%. Yaitu teknik pengumpulan data dengan tes keterampilan, kuesioner, tes dan tes pengukuran serta teknik pengumpulan data dengan wawancara, dokumentasi, dan observasi. Analisis dan penelitian pembelajaran renang yang ditemukan sebanyak 80% menggunakan analisis statistik.

Abdul Hady (2019), profil klub renang se-bandung ditinjau dari model pembelajaran siswa pemula, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan model pembelajaran didalam klub renang khususnya di Bandung. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode deskriptif, sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah tiga klub renang di Bandung yakni Aquarius Swimming Bandung, Elite Swimming Bandung (ESC), Tertamerta. Nilai klub Aquarius memiliki mean 68 atau 85%, klub renang Aquarius memiliki nilai mean 49 atau 61% sedangkan klub renang ESC memiliki nilai 72 atau 90%. Berkenaan dengan mengapa bisa terjadi perbedaan ini adalah karena pelaksanaan model pembelajaran yang berbeda satu sama lain. Simpulan. Model pembelajaran yang diterapkan pada klub renang diantaranya direct instruction dan personal system for instruction. Keterlaksanaan penerapan model pembelajaran memiliki mean dan persentase berbeda. Perbedaan model pembelajaran yang diterapkan inilah yang membuat dampak atau hasil yang didapatkan dari latihan berbeda-beda karena hal ini berhubungan dengan prestasi klub yang diraih pada kejuaraan terakhir.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian ini dapat kita ambil kesimpulan betapa pentingnya profil klub renang dan model latihan untuk atlet pemula, karena dengan lengkapnya profil klub dan menggunakan model latihan lebih tersistematis dan struktur dalam administrasi sampai dengan latihan atlet.

REFERENSI

- AANP Laksana, IW Adnyana, KJ Jenaru *Journal Coaching Education Sports* 2 (2), 163-176
- Abdul Hady, 2019. Profil Klub Renang Se-Bandung Ditinjau dari model pembelajaran bagi siswa pemula. *Respository.upi.edu*
- Abdul Malik, 2015. Perbedaan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Antara Metode Bagian Dengan Metode Keseluruhan Pada Mahasiswa Penjaskesrek Fkip Unsyiah Angkatan 2010. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah* 1 (1)
- Alif Faturrohman (2020). Pemetaan Penelitian Pembelajaran Renang di Indonesia Tahun 2017-2020. *Jurnal eparents.uny.ac.id*
- A Siallangan, M Maidarman, P Padli, N Denay. 2021. Analisis Teknik Gerak Renang Gaya Kupu-Kupu Atlet Tirta Kaluang Padang *JOLMA* 1 (2), 84-96
- B Badruzaman, YM Saputra, (2020). Pengaruh Pembelajaran Renang Selama Delapan Minggu Terhadap Kemampuan Dasar Renang Gaya Bebas Untuk Pemula Mahasiswa Ilmu Keolahragaan. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)* 5 (2), 158-167
- Bomp.O, Tudor. Terjemahan Buku *Theory and Methodology Of Training*. Bandung: Program Pasca Sarjana Universitas Padjadjaran, 1994
- Budiningsih, A. 2010. *Berenang Gaya Bebas*. PT Pura Barutama

- Djoko Pekik Irianto. Dasar Kepeleatihan. Yogyakarta: FIK-UNY, 2022
- Feri Fitriyanto, 2018. Analisa Renang Gaya Bebas. Ejournal.upt.ac.id
- Isna Pratiwi, 2015. Sekolah Renang Di Kota Semarang Dengan Penekanan Design Sustainable Architecture. Journal of Architecture 4 (2015), 1-9
- Kingkin Widiasih, 2023. Upaya Meningkatkan Kemampuan Berenang Gaya Dada Melalui Teknik Latihan Terbimbing Pada Siswa Kelas IX C di MTs Negeri 1 Purbalingga.
- LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran, 2023•jurnalp4i.com
- MFL Amri, J Isnanto, A Ilham (2022). Model Pembelajaran Renang Gaya Bebas Untuk Pemula Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga 5 (2), 138-144
- M Ishak, S Hasmarita, AA Harja. 2020. Hubungan Motor Ability Dengan Hasil Keterampilan Renang Gaya Punggung. Jurnal Master Penjas & Olahraga 1 (1), 39-46
- Muhammad Ali, 2012. Pengembangan Pendekatan Kontektual Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Dada.
- Jurnal Penelitian Universitas Jambi: Seri Humaniora 14 (2), 43509
- Muhammad Razak Abduh, (2018). Pengaruh Latihan Swimming Board Terhadap Teknik Renang Gaya Bebas Club Garuda Laut Palopo. repository.umpalopo.ac.id
- Mustafa, P.S., & Dwiyoogo, W.D (2020) Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. JARTIKA Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan, 3(2) 422-438.
- Permana. (2020). Peran Papan Luncur Dalam Latihan Renang Gaya Bebas. journal.unja.ac.id
- Permana, R. (2016). Penggunaan Media Pembelajaran Swimming Board Dalam Pengembangan Afektif. NATURALISTIC: Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran, 1(1), 29-37
- Primayanti, I., & Isyani. (2019). Pengaruh Latihan Drill dan Latihan Pola Pukulan Terhadap Kemampuan Smash Bulutangkis Pada pb Liansa Junior Masbagik Lombok Timur Tahun 2019. 6(1), 25-37 Jurnal Gelora
- RA Gani, A Sukur, S Nugroho 2019. Peningkatan Kemampuan Renang Gaya Kupu-Kupu Melalui Strategi Pembelajaran Variatif Bagi Mahasiswa Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga 18 (2)
- Rusli Lutan. Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode. Jakarta: DEPDIBUD, 2000
- Singer, R.N. (1980). Motor Learning and Human Performance: an Application to Motor Skills and Movement Behaviors
- Sugiyanto. (2010). Peningkatan Pembelajaran Dasar Gerak Renang Melalui Pendekatan Penggunaan Alat Bagi Mahasiswa PKO Pemula Tahun Ajaran 2010. Jurnal Evaluasi dan Penelitian Pendidikan
- Sukadiyanto. Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Yogyakarta: PKO FIK UNY, 2022
- SY Bangun, RD Ananda, 2021. Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Renang Gaya Bebas Untuk Atlet Usia Dini. Prosiding Seminar dan Lokakarya Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta 4 (1), 258-264
- Thomas, G, D. 2012. Renang Tingkat Pemula. PT Raja Persada
- Ulfa Maulidin, (2023). Peningkatan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Dengan Menggunakan Alat Bantu Modifikasi Pada SMPN 3 Beutong Kabupaten Nagan Raya. Jurnal Ilmiah Mahasiswa, 4(1). 2-3
- Wiwin Hriyanti, (2019). Pengembangan Model Latihan Fleksibel Tingkat Dalam Pembelajaran Pencak Silat. Jurnal Penjakora
- Yediya Evenetus, (2019) Pengaruh Program Latihan Terhadap Peningkatan Kekuatan, Power, Daya Tahan Lengan dan Performa Renang 50 Meter Gaya Bebas. Jurnal Penelitian Pendidikan, repository.upi.edu