

**PENGENALAN RENANG PADA REMAJA SEBAGAI SELF-SAFETY
(KESELAMATAN DIRI) DI SMP NEGERI 4 SATAP PANARUKAN**

**INTRODUCTION TO SWIMMING IN ADOLESENTS AS SELF-SAFETY AT
SMP NEGERI SATAP 4 PANARUKAN**

**Creani Handayani¹⁾, Bodi Gunawan²⁾, Anita Diah Pahlewi³⁾, Muhammad Nur
Zuhudil Wahyudi⁴⁾**

^{1,2,3,4}Program Studi Teknik Kelautan, Fakultas Pertanian Sains dan Teknologi, Universitas
Abdurachman Saleh Situbondo

¹Email: creanijuara@gmail.com

Abstrak Banyak pemukiman di Situbondo yang berada di dekat pantai sehingga semua kegiatan yang dilakukan masyarakatnya tak lepas dengan perairan khususnya laut. Dari tingginya kegiatan yang dilakukan di pesisir salah satunya bermain di air atau berenang di pantai dan sungai. Pengenalan renang dari usia dini sampai usia dewasa merupakan salah satu upaya dalam memasyarakatkan olah raga renang dalam upaya penyelamatan diri (*self-safety*) jika terjadi sesuatu di air. Sebagian besar anak remaja di SMP Negeri 4 SATAP Panarukan tinggal berdekatan dengan laut dan sungai. Mereka seharusnya tahu dan dapat berenang untuk keselamatan diri mereka ketika terjadi hal-hal yang tidak diinginkan di air. Adapun tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang dasar-dasar berenang serta pentingnya berenang sebagai *self-safety*. Dari hasil perhitungan sebesar 87% para peserta kegiatan belum bisa berenang sama sekali. Sedangkan 13% sisanya sudah bisa berenang tetapi belum mahir. Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai diharapkan siswa-siswi SMP Negeri 4 SATAP semakin tertarik dalam mempelajari berenang karena berenang itu sangat penting untuk keselamatan diri.

Kata Kunci: Renang; *Self-safety*; Remaja

Abstract Many settlements in Situbondo are located near the coast so all activities carried out by the people are inseparable from the waters, especially the sea. From the high number of activities carried out on the coast, one of them is playing in the water or swimming on the beach and river. The introduction of swimming from an early age to adulthood is an effort to popularize the sport of swimming to save yourself (*self-safety*) if something happens in the water. Most of the teenagers at SMP Negeri 4 SATAP Panarukan live close to the sea and rivers. They should know and be able to swim for their safety when things go wrong in the water. The purpose of this community service activity is to provide knowledge and understanding of the basics of swimming and the importance of swimming as *self-safety*. From the calculation results, 87% of the activity participants could not swim at all. While the remaining 13% can swim but are not yet proficient. After the community service activities are finished, it is hoped that the students of SMP Negeri 4 SATAP will be more interested in learning to swim because swimming is very important for personal safety.

Keywords: Swimming; *Self-safety*; Teenagers

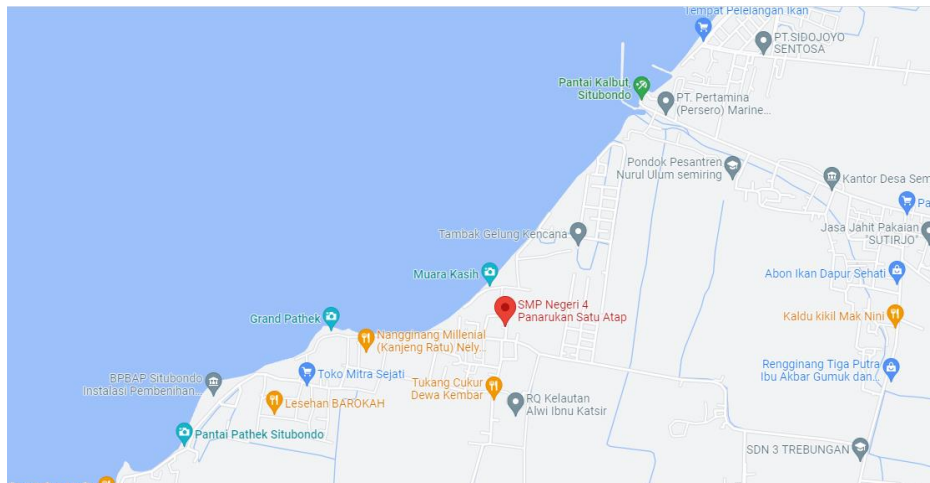
PENDAHULUAN

Kabupaten Situbondo merupakan kabupaten yang memiliki garis pantai terpanjang di Provinsi Jawa Timur. Dapat dilihat dari banyaknya pariwisata pantai yang ada di Situbondo. Tak lupa pula banyak pemukiman penduduk yang berada di dekat pantai. Sehingga semua kegiatan yang dilakukan masyarakatnya tak lepas dengan perairan, khususnya laut. Dari tingginya kegiatan yang dilakukan di pesisir salah satunya bermain di air atau berenang di pantai dan sungai. Poin penting dalam kegiatan di pesisir atau di air adalah berenang. Banyak masyarakat pesisir yang belum bisa atau mahir dalam berenang. Banyak kasus yang terjadi akibat tidak bisa berenang adalah tenggelam. Menurut World Health Organization (WHO) dari 500.000 kematian diseluruh dunia setiap tahunnya terjadi atau disebabkan oleh tenggelam. Kasus kematian diakibatkan tenggelam ini harus menjadi perhatian penting lembaga-lembaga kesehatan (Suhairi et al., 2021).

Tenggelam merupakan kejadian yang kerap terjadi di kolam renang maupun di sungai dan di laut (Santoso, 2003). Pada tahun 2022 kasus terjadi di sungai daerah Situbondo dengan korban seorang anak berusia 6 tahun. Menurut catatan kepolisian, anak malang tersebut bermain di tepi sungai kemudian terpeleset sehingga tenggelam (sigapnews, n.d.). Kemudian ada kasus juga terdapat 18 siswi SMP Islam Pondok Pesantren Annur Sidoarjo tenggelam di pantai wisata SPBU Utama Raya Kecamatan Banyuglugur, Kabupaten Situbondo. Beruntung berkat kesigapan warga sekitar lokasi kejadian dan guru, 18 siswi yang tenggelam saat mandi dan bermain di pantai berhasil diselamatkan (tvonenews, 2022).

Pengenalan renang dari usia dini sampai usia dewasa merupakan salah satu upaya dalam memasyarakatkan olah raga renang dalam upaya penyelamatan diri (*self-safety*) jika terjadi sesuatu di air (Jariono et al., 2022). Renang kegiatan yang sangat penting yang harus di kuasai oleh seorang individu untuk mempertahankan dirinya pada saat berada di air (Sugeng et al., 2021). Hal yang melatarbelakangi pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada pengenalan renang dan mengenalkan renang sebagai *self-safety* (keselamatan diri) pada anak remaja di SMP Negeri 4 SATAP Panarukan. Mengingat sekolah tersebut terletak di dekat pantai dengan alamat Jl. Desa Gelung, Kecamatan Panarukan Kabupaten

Situbondo dan ditunjukkan letak geografisnya pada gambar 1. Sebagian besar anak remaja di SMP Negeri 4 SATAP Panarukan tinggal berdekatan dengan laut dan sungai. Mereka seharusnya tahu dan dapat berenang untuk keselamatan diri mereka ketika terjadi hal-hal yang tidak diinginkan di air.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan Pengabdian (Google map, 2023)

Berdasarkan uraian diatas maka dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SMP Negeri 4 SATAP Panarukan dengan judul “Pengenalan Renang Pada Remaja Sebagai *Self-safety* (Keselamatan Diri) di SMP Negeri 4 SATAP Panarukan” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Identifikasi Masalah

Permasalahan yang dihadapi oleh siswa-siswi SMP Negeri 4 SATAP Panarukan yaitu belum bisa berenang dan tidak memahami dasar-dasar berenang dan ketidaktahuan akan berenang bisa sebagai *self-safety*.

2. Tujuan Kegiatan

Adapun tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang dasar-dasar berenang serta pentingnya berenang sebagai *self-safety*.

3. Manfaat Kegiatan

Manfaat dalam kegiatan ini agar siswa-siswi SMP Negeri 4 SATAP semakin tertarik dalam mempelajari berenang dan berenang itu sangat penting untuk keselamatan diri.

METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yaitu: (1) Mengidentifikasi masalah atau isu-isu terkini (2) Penetapan tempat pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan mengambil lokasi di SMP Negeri 4 SATAP Panarukan (3) Observasi awal dengan cara mengumpulkan data di lapangan. Diharapkan dalam observasi awal ini akan mendukung dalam memberikan gambaran awal (4) Diskusi dengan cara penyampaian materi kepada peserta pengabdian kepada masyarakat. Metode ini dapat menumbuhkan dan memberikan wawasan serta pengetahuan kepada peserta pengabdian kepada masyarakat.

Adapun tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan beberapa tahap diantara lain: persiapan, pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat diuraikan sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan adalah berkoordinasi dengan pihak sekolah SMP Negeri 4 SATAP Panarukan yang diwakili oleh Kepala Sekolah. Pada tahap persiapan juga dilakukan sedikit wawancara kepada siswa-siswi tentang berenang. Dilakukan juga koordinasi terkait jadwal pelaksanaan kegiatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan meliputi: 1) Pembukaan dengan cara mengenalkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait tema yang akan disampaikan kepada peserta kegiatan 2) *Pre-test* mengenai pemahaman berenang untuk keselamatan diri 3) Penyampaian materi yaitu pengenalan renang sebagai keselamatan diri (*self-safety*) 4) Tanya jawab dan diskusi terhadap materi yang sudah diberikan kepada peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat 5) *Post-test* untuk mengetahui seberapa besar pemahaman peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang materi yang sudah disampaikan.

3. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat diminta menjawab kuis yang diberikan melalui aplikasi Quizizz dan dilihat hasil dari jawaban peserta kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu terlaksananya kegiatan pengenalan renang pada remaja sebagai *self-safety* yang dihadiri oleh 45 orang siswa-siswi SMP Negeri 4 SATAP Panarukan. Pada awal acara peserta kegiatan diberikan *pre-test* tentang pertanyaan dasar terkait berenang. Diantara lain, sudah bisa berenang atau belum, biasanya kalau berenang dimana, dll. Dari hasil *pre-test* yang dilakukan dengan permainan di *menti.com*, hasil dari perhitungan sebesar 87% para peserta kegiatan belum bisa berenang sama sekali. Sedangkan 13% sisanya sudah bisa berenang tetapi belum mahir. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi.

Pada gambar 2 diperlihatkan kegiatan penyampaian materi kepada siswa-siswi SMP Negeri 4 SATAP Panarukan. Para siswa-siswi begitu antusias dalam mendengarkan materi yang diberikan oleh pemateri. Materi yang diberikan antara lain tentang teknik dasar renang, permasalahan dalam berenang, keselamatan diri dan orang lain pada saat berenang dll.



Gambar 2. Penyampaian Materi

Setelah dilakukan pemaparan materi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi. Berdasarkan hasil tanya jawab dan diskusi dapat ditarik beberapa catatan penting yaitu (1) Beberapa siswa dan siswi merasa asing pada kegiatan berenang walaupun daerah tempat tinggal mereka dekat dengan sungai dan laut

(2) Belum ada program yang tetap di sekolah untuk kegiatan berenang (3) Kolam renang umum yang ada di daerah Situbondo lumayan jauh dari sekolah sehingga mereka enggan pergi ke kolam renang (4) Antusias peserta sangat tinggi setelah mendapat materi tentang berenang dan mereka tertarik untuk mencoba belajar berenang (5) Pihak guru juga akan mengagendakan kegiatan yang dapat menambah *soft skills* siswa-siswi dengan kegiatan berenang (6) Pihak sekolah meminta diadakan pengabdian kepada masyarakat lebih lanjut untuk praktik secara langsung di kolam renang.

Kegiatan terakhir yaitu *post-test* atau menjawab kuis dengan memakai aplikasi Quizizz. Para peserta kegiatan secara sungguh-sungguh menggunakan smartphone mereka untuk mengerjakan kuis tersebut. Adapun hasil yang mereka peroleh dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Hasil Post-Test Peserta Pengabdian

Dari kegiatan ini banyak siswa-siswi yang berhasil menjawab pertanyaan dengan benar. Membuktikan bahwa penyampaian materi yang diberikan tentang pengenalan renang pada remaja untuk keselamatan diri (*self-safety*) diterima dengan baik.

KESIMPULAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa siswa-siswi SMP Negeri 4 SATAP Panarukan semakin mengetahui tentang teknik dasar dalam berenang dan juga berenang dapat sebagai keselamatan diri (*self-safety*). Dengan adanya kegiatan ini diharapkan siswa-siswi semakin tertarik

untuk belajar berenang. Kedepannya akan ada kegiatan pengabdian kepada masyarakat lebih lanjut memberikan pelatihan atau praktek kepada siswa-siswi SMP Negeri 4 SATAP Panarukan secara langsung di kolam renang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim kegiatan pengabdian kepada masyarakat Program Studi Teknik Kelautan Universitas Abdurachman Saleh Situbondo mengucapkan banyak terimakasih kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 4 SATAP Panarukan. Tak lupa pula siswa-siswi yang sudah mengikuti kegiatan dan semua pihak yang membantu dalam penyelesaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Jariono, G., Sistiasih, V. S., Nurhidayat, N., Indarto, P., Minawati, D. E. M., Yulanda, M. N., & Sundoro, A. S. (2022). PkM_P2AD: Training and Introducing Swimming to Improve Motor Skills for Early Childhood. *Prosiding Webinar Pengabdian Masyarakat*, 291–301.
- Santoso, S. (2003). *Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja*. Prestasi Pustaka.
- sigapnews. (n.d.). *Bocah 4 Tahun di Situbondo Ditemukan Tidak Bernyawa—SitubondoNews*. <https://situbondonews.sigapnews.co.id/>. Retrieved April 14, 2023, from <https://situbondonews.sigapnews.co.id/peristiwa/sn-30846/bocah-4-tahun-di-situbondo-ditemukan-tidak-bernyawa>
- Sugeng, I., Iswayudi, N., Suhaimi, I., & Supriyadi, S. G. (2021). PENGENALAN DASAR-DASAR BERENANG BAGI SISWA SISWI PEMULA SWIMMING CAMP KEDIRI TAHUN 2021. *JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.51158/abdikmas.v2i1.618>
- Suhairi, M., Lauh, W. D. A., Hardika, N., Yane, S., Abdillah, A., Effendi, A. R., Rajidin, R., Sari, S., & Wardani, R. (2021). SOSIALISASI PENANGANAN KESELAMATAN DI AIR UNTUK LIFEGUARD PADA OBJEK WISATA AIR KOTA PONTIANAK. *PROSIDING*

SEMINAR NASIONAL PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (SNPP), 1(1), Article 1.

tvonenews. (2022, January 6). *Bermain dan Kejar Bola Hingga ke Tengah Pantai, 18 Siswi Tenggelam*. <https://www.tvonenews.com/daerah/jatim/21413-bermain-dan-kejar-bola-hingga-ke-tengah-pantai-18-siswi-tenggelam>