

**LAPORAN**  
**PENGABDIAN PADA MASYARAKAT (PPM)**

**OPTIMALISASI PELAYANAN SEKOLAH LABORATORIUM**  
**CABANG OLAHRAGA RENANG FIK UNY**  
**DALAM RANGKA DIES NATALIS UNY**



**Tim PPM**

**Agus Supriyanto, M.Si**  
**FX. Sugiyanto, M.Pd**  
**Sismadiyanto, M.Pd**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2010**

**Dilaksanakan berdasarkan dana DIPA UNY Tahun 2010**  
**Nomor: 479a/H34.16/PPM/2010**



## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **A. Analisis Situasi**

Usia anak-anak merupakan usia yang cukup penting dalam pembinaan olahraga, pada masa ini merupakan masa yang sangat tepat untuk melatih olahraga khususnya cabang olahraga renang. Fokus awal dalam pembinaan atlet berbakat ini adalah bagaimana meningkatkan prestasi renang sejak usia dini. Selain itu proses untuk penjenjangan prestasi olahraga renang. Karena proses pembinaan olahraga harus berpedoman pada pembinaan jangka panjang yang dimulai sejak usia dini.

Selain itu proses penjenjangan prestasi olahraga renang saat ini belum terbina dengan baik, walaupun saat ini sudah mulai banyak perkumpulan-perkumpulan renang yang berdiri tetapi belum berjalan secara optimal. Untuk itu proses pembinaan olahraga harus berpedoman pada pembinaan jangka panjang yang dimulai sejak usia dini. Trend pada saat ini pertumbuhan dan perkembangan pembinaan usia dini memerlukan penanganan yang lebih serius, agar proses pembinaannya dapat berjenjang mulai dari usia dini sampai pada usia emasnya, sehingga prestasi yang dicapai dimasa yang akan datang dapat lebih optimal.

Lingkungan FIK khususnya dan UNY umumnya, dapat dilihat setiap hari banyak orang yang berolahraga baik lingkup pendidikan, rekreasi ataupun prestasi. Sedang wadah untuk membina olahraga renang di kampus FIK UNY belum banyak dilakukan untuk itulah dibentuklah wadah yang bernama SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), salah satunya cabang olahraga renang.

Dalam rangka Dies Natalis UNY tim pengabdian tergerak hati untuk melakukan optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY". Dengan wacana tersebut tim pengabdian merasa ikut memelihara dan memotivasi dalam rangka pembinaan olahraga secara langsung di kampus FIK UNY, sebagai sumbangan pengabdian kepada



masyarakat dan sekaligus publikasi SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang.

Optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY tidak terlepas dengan peran serta berbagai pihak diantaranya Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNY dan pihak-pihak terkait.

### C. Tinjauan Pustaka

Proses berlatih-melatih renang memiliki karakteristik khusus yang sedikit berbeda dengan cabang olahraga lainnya, karena proses berlatih-melatihnya membutuhkan media air. Tentang usia kapan yang pantas diberikan pada anak untuk mengenalkan dan memulai berlatih melatih renang. Secara teori olahraga renang dapat dikenalkan kepada anak sejak usia dini 3-7 tahun (Bompa dalam Hadisasmita, 1996), berdasarkan pendapat tersebut dapat diasumsikan bahwa usia 3 tahun merupakan usia awal yang bagus untuk pengenalan olahraga renang dengan menggunakan simbol-simbol atau benda-benda dalam bentuk permainan, sedangkan usia yang paling tua untuk permulaan belajar berenang pada usia 7 tahun, pada usia tersebut anak akan cepat memahami proses pembelajaran, karena semakin bertambahnya usia, semakin bertambah pula kemampuan kognitifnya pada perkembangan yang normal. Sedangkan M Macek (dalam Hadisasmita, 1996) mengemukakan bahwa batas umur optimal (umur tertinggi) untuk mulai latihan untuk cabang olahraga renang usia 10 tahun.

Penelitian yang dilakukan Blanksby dkk (Blanksby, Parker, Bradley, Ong, 1995) menunjukkan bahwa keterampilan renang dapat diperoleh lebih siap pada usia 5 tahun, meskipun beberapa anak dapat menguasai lebih awal, selanjutnya Parker & Blanksby sendiri mengemukakan bahwa anak yang lebih muda dari 4 tahun memerlukan instruksi yang lebih lama untuk mempelajari keterampilan ini dan dipengaruhi juga oleh kapasitas saraf dan otot.



Olahraga renang merupakan keterampilan kompleks dan memerlukan banyak unsur pengetahuan dan keterampilan dasar untuk dapat menguasai dengan cepat. Kemampuan berkomunikasi, merasakan dan mempunyai daya tangkap berdasarkan pengalaman yang telah dimiliki akan sangat membantu dalam usaha untuk menguasai keterampilan renang. Kemampuan berkomunikasi merupakan kemampuan yang dapat dipergunakan untuk menangkap setiap instruksi dari pelatih/pengajar. Kemampuan merasakan ini berhubungan dengan *body image* (pengaturan keseimbangan tubuh dalam air, merasakan gerakan, ataupun merasakan air). Daya tangkap merupakan pemahaman anak terhadap apa yang diberikan baik itu instruksi ataupun ilustrasi yang diberikan agar mempermudah dalam proses belajar. Keterampilan dasar dan pengalaman gerak yang lain dapat berguna sebagai koleksi gerak yang nantinya dapat ditransfer dalam proses belajar. Keterampilan gerak dasar utama manusia adalah lari, lompat dan lempar, gerak ini dapat dijadikan modal awal bagi anak dalam belajar renang. Gerak lari hampir sama dengan gerakan tungkai pada gaya *crawl*, gerak lempar mirip dengan gerak pada waktu mendayung kebelakang, gerak lompat dalam renang dilakukan pada waktu anak mengawali luncuran di air.

Proses belajar gerak merupakan proses yang rumit yang melibatkan unsur kognitif, mempunyai daya tangkap terhadap suatu gerak kemudian meniru gerak yang dicontohkan, agar dapat meniru gerak yang dicontohkan diperlukan pemahaman gerak tersebut dengan benar, agar pemahaman gerak dapat dilakukan dengan benar diperlukan pengetahuan dan daya tangkap terhadap gerak yang mirip dengan gerak tersebut. Anak yang memiliki pengalaman pengetahuan dan motorik yang baik diharapkan akan cepat untuk menguasai gerak yang baru. Proses terjadinya pembelajaran gerak dimulai dengan penerimaan rangsangan oleh input yaitu panca indera, kemudian diteruskan ke otak untuk diolah dan diinterpretasikan, kemudian akan memilih gerak yang akan dilakukan dan otak memerintahkan otot untuk melakukan gerakan yang telah dipilih, dari gerak yang dihasilkan akan terlihat hasilnya apakah sudah seperti yang diharapkan atau belum, baik



buruk, benar, salah gerakan dapat diketahui oleh panca indera sendiri atau dari orang lain dan proses akan terulang kembali sampai gerakan yang diinginkan terbentuk. Proses yang panjang ini akan dengan mudah dilakukan apabila anak memiliki fungsi komunikasi yang baik, motorik yang baik, pengalaman gerak yang banyak, serta kemampuan mengolah informasi yang tersimpan dengan baik.

Dari uraian-uraian di atas dapat disimpulkan bahwa berolahraga, salah satunya renang akan membawa manfaat yang besar bagi kesehatan dan kebugaran tubuh, maupun prestasi sehingga diperlukan optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY agar lebih meningkat sekaligus publikasi SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang.

#### **D. Identifikasi dan Perumusan Masalah**

Berdasarkan analisis situasi dan tinjauan pustaka maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang muncul antara lain:

1. Dengan diadakannya Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY renang untuk masyarakat umum, dapat memberikan rangsangan untuk selalu berlatih renang
2. Perlunya masyarakat berhubungan dengan kampus, baik segi lingkungan dan suasana kampus masih harus ditingkatkan
3. Memelihara dan memotivasi masyarakat dalam pengembangan dan pembinaan olahraga renang.

Dari identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan bahwa pentingnya optimalisasi pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY untuk memotivasi aktivitas olahraga masyarakat supaya bertambah semangat dalam pengembangan dan pembinaan olahraga renang.

#### **E. Tujuan Kegiatan**

Optimalisasi pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY yang sekaligus publikasi SELABORA (Sekolah



laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang dalam rangka Dies Natalis UNY ini bertujuan untuk:

1. Bentuk pengabdian Tri Darma Perguruan Tinggi kepada masyarakat.
2. Menjalani kerjasama dengan berbagai pihak.
3. Ikut berpartisipasi dalam rangka Dies Natalis UNY.
4. Untuk mengenalkan lebih dekat lingkungan UNY terhadap masyarakat luas melalui sosialisasi SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang

#### **F. Manfaat Kegiatan**

Adapun manfaat yang ingin dicapai dalam kegiatan ini sebagai berikut.

1. Ikut berperan serta dalam menyadarkan pentingnya berolahraga.
2. Sumbangan kepada masyarakat untuk berperan serta menikmati fasilitas di UNY.
3. Bagi tim pengabdian, sebagai bentuk pengabdian dengan mengenalkan kampus sebagai mitra masyarakat.
4. Bagi FIK dan UNY sebagai bentuk perwujudan Tri Darma Perguruan Tinggi dan pembinaan olahraga.

#### **G. Kerangka Pemecahan Masalah**

Optimalisasi pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY yang sekaligus publikasi SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang diadakan dalam rangka Dies Natalis UNY. Sebelum kegiatan berlangsung perlu adanya koordinasi dari berbagai pihak terkait, antara lain dari Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Pengelola Kolam Renang FIK UNY, Sekolah-sekolah dan Hotel-hotel yang ada di DIY, serta mahasiswa kepelatihan renang Prodi PKO FIK UNY. Koordinasi tersebut berupa diskusi tentang penyusunan dan penyebaran leaflet.



## **BAB II METODE PENGABDIAN**

### **A. Landasan Kegiatan**

Program pengabdian Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2010 tentang Kegiatan **Optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY** ”dalam rangka Dies Natalis UNY

### **B. Khalayak Sasaran**

Sasaran optimalisasi pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY yang sekaligus publikasi SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang dalam rangka Dies Natalis UNY yaitu sekolah-sekolah SD maupun TK yang ada di DIY dan masyarakat umum.

### **C. Keterkaitan dengan Institusi/Pihak Luar**

Diadakannya kegiatan Optimalisasi pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY” tidak terlepas dari peran serta dari berbagai pihak yang mau bekerjasama dengan tim pengabdian. Pihak yang menyatakan sanggup untuk membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan tersebut antara lain:

1. Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNY
2. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY
3. Sekolah Dasar
4. Taman kanak-kanak
5. Hotel-hotel
6. Mahasiswa Kepelatihan Renang Prodi PKO FIK UNY



#### D. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dengan pendekatan langsung dengan Komunitas sekolah-sekolah yang ada di DIY melalui leaflet dengan terlebih dahulu menyusun media promosi di internet.

Kegiatan optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY di susun pada bulan Maret- April, penyebaran leafletnya pada bulan Mei.

#### E. Rancangan Evaluasi

Rancangan penilaian keberhasilan atau kegagalan dalam kegiatan optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY akan dilaksanakan dengan:

1. Jumlah peserta yang mendaftar di SELABORA FIK UNY sesuai target atau tidak
2. Apakah peserta yang mendaftar sudah mewakili dari masyarakat yang berdomisili di DIY
3. Pelaksanaan kegiatan sesuai dengan program yang telah direncanakan
4. Apakah kepuasan dapat dirasa dari berbagai pihak, baik pendukung kegiatan, peserta maupun tim pengabdian.

#### F. Rencana dan Jadwal Kegiatan

##### Rencana dan Jadwal Optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY

No	Minggu ke	Keterangan
1	Minggu I Maret	Pembuatan Proposal Koordinasi dengan Mahasiswa
2	Minggu II-IV Maret	1. Menyusun Draf isi rancangan isi blog di internet 2. Membuat Leaflet
3	Minggu I-II April	1. Mencetak leaflet 2. Menyiapkan tim publikasi
4	Minggu III-IV April	1. Persiapan Publikasi 2. Pembagian Petugas publikasi ke sekolah-sekolah dan masyarakat





## BAB III

### HASIL PENGABDIAN PADA MASYARAKAT

#### A. Lama Pelaksanaan Kegiatan PPM

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 2 hari, yaitu pada hari Sabtu dan Minggu tanggal 22-23 Mei 2010. Pelaksanaan dimulai pada pukul 09.00-14.00 WIB. Kegiatannya berupa penyebaran leaflet publikasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY.

#### B. Keterkaitan dengan pihak Terkait

Kegiatan ini merupakan kerjasama antara tim PPM FIK UNY dengan: Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY; dan mahasiswa kepelatihan renang Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY. Dalam penyelenggaraan pengabdian ini sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan tim pengabdian.

#### C. Hasil Kegiatan PPM

Kegiatan optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY ini merupakan bentuk partisipasi dalam rangka Dies Natalis UNY dan sosialisasi mengenalkan lebih dekat lingkungan UNY terhadap masyarakat luas melalui publikasi SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang, dengan membuat Web yang dapat diakses di internet melalui <http://selaborarenanguny.blogspot.com>

#### D. Faktor Pendukung

Kegiatan ini mengikutsertakan Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNY; Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY; Pengelola Kolam Renang FIK UNY; Taman kanak-kanak, Sekolah-sekolah Dasar dan Hotel-hotel yang ada di DIY serta mahasiswa kepelatihan renang Pendidikan



Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY. Sehingga kegiatan ini dapat terlaksana sesuai dengan yang telah direncanakan.

#### **E. Faktor Penghambat**

Dalam kegiatan optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY sudah dilaksanakan ada beberapa hambatan yang perlu dievaluasi lebih lanjut:

1. Jumlah peserta pendaftar yang masuk di SELABORA Renang FIK UNY masih belum memenuhi target yang diharapkan, sehingga ke depan sosialisasi yang dilakukan dapat melalui kegiatan yang mendorong calon peserta terlibat langsung di dalamnya misalnya melalui kegiatan, sehingga informasinya dapat diterima dengan baik;
2. Dalam penggunaan kolam renang FIK UNY, masih belum optimal seperti yang direncanakan awal melalui suatu kejuaraan renang tetapi pihak pengelola kolam renang FIK UNY masih keberatan kegiatan tersebut dilaksanakan dalam bentuk kejuaraan renang. Sehingga hanya dilaksanakan melalui pembuatan Web di internet dan publikasi ke sekolah-sekolah. Untuk ke depan perlu ditingkatkan dalam hal koordinasi dan kejelasan tentang penggunaan kolam renang yang dilakukan dengan Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNY; Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY; Pengelola Kolam Renang FIK UNY agar dalam pelaksanaan tahun berikutnya dapat lebih ditingkatkan dan dilaksanakan di kolam renang FIK UNY dengan mengundang peserta dalam suatu kejuaraan renang.



## **BAB IV**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Program PPM dengan tema “Optimalisasi Pelayanan Sekolah Laboratorium cabang Olahraga Renang FIK UNY ini di rasa sangat penting bagi perkembangan cabang olahraga renang di Provinsi DIY dan juga lingkungan Diknas Pendidikan DIY. Disamping itu untuk memotivasi aktivitas olahraga masyarakat supaya bertambah semangat dalam pengembangan dan pembinaan olahraga renang dan dapat mengenalkan lebih dekat lingkungan UNY terhadap masyarakat luas melalui publikasi SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang serta dapat memberikan pengalaman dan kemampuan mahasiswa dalam melaksanakan suatu kegiatan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan ini, maka sangat perlu untuk diselenggarakan kegiatan ini secara rutin dalam bentuk kejuaran renang, supaya dapat melihat perkembangan olahraga renang di DIY sejak usia dini. Tindak lanjut dari publikasi SELABORA (Sekolah laboratorium olahraga), khususnya cabang olahraga renang.



## DAFTAR PUSTAKA

Beihler, R.F., Snowman, J. (1984). *Psychology Applied to Teaching* (7th ed). Toronto: Houghton Mifflin Company.

Dwijowinoto, Kasiyo. (1979). *Renang: Metode, Teknik, Pola*. IKIP Semarang.

Hadisasmita, dkk. (1996). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.

Murni, M (2000). *Renang*. Jakarta: Dipdiknas

Ong Siong Tjiang. (1962). *Renang*. Jakarta: Keng Po

PB.PRSI.(2004). *Peraturan Renang*.

Santrok, J.W. (2002). *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga.



**RINCIAN PENDANAAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT  
KEGIATAN OPTIMALISASI PELAYANAN SEKOLAH LABORATORIUM  
CABANG OLAHRAGA RENANG FIK UNY**

---

---

**PEMASUKAN:**

1. Bantuan dana PPM                      Rp. 3.400.000,- (sudah dipotong PPh)

**PENGELUARAN:**

1.	Konsumsi Rapat dan Penyusunan Draf publikasi	Rp.	200.000,-
2.	Pembuatan Blog Publikasi Selabora di Internet	Rp.	500.000,-
3.	Pencetakan Leaflet untuk publikasi	Rp.	700.000,-
4.	Penyebaran Leaflet ke sekolah-sekolah dan Ke masyarakat ( 10 orng mhs x Rp. 100.000,-)	Rp.	1.000.000,-
5.	Honorarium TIM PPM (3 orng x Rp.300.000,-)	Rp.	900.000,-
6.	Penyusunan laporan kegiatan	Rp.	100.000,-
<b>TOTAL</b>		<b>Rp.</b>	<b>3.400.000,-</b>



