e-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Volume 7, Nomor 1, Juli-Desember 2026
e-ISSN : 2746-1556
p-ISSN : 2746-1564
DOI : https://doi.org/10.31539/92sbkr19

MODEL PEMBELAJARAN *FREESTYLE KICK* BERBASIS PERMAINAN UNTUK ANAK USIA DINI

Muhammad Rizki Ma'arif[1], Asrori Yudha Prawira[2], Eskar Tri Denatara[3], Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu[4], Desy Tya Maya Ningrum[5]
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya[1,2,3,4,5]
mrizkimaarif14@gmail.com[1]

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran renang *freestyle kick* berbasis permainan untuk anak usia 5–6 tahun serta mengetahui kelayakan dan keterterapan model yang dikembangkan. Metode yang digunakan adalah *Research and Development* (R&D) dengan model pengembangan ADDIE yang meliputi tahap *Analysis, Design, Development, Implementation, dan Evaluation.* Hasil penelitian menunjukkan capaian keterampilan *freestyle kick* pada aspek posisi kepala, posisi tubuh, dan gerakan tungkai berada pada kategori baik hingga sangat baik dengan persentase 73,3%–91,6%. Model pembelajaran renang *freestyle kick* berbasis permainan yang dikembangkan layak digunakan sebagai alternatif pembelajaran renang untuk anak usia 5–6 tahun serta dapat membantu pelatih melaksanakan pembelajaran secara lebih sistematis, menarik, dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini.

Kata kunci: Anak Usia Dini, *Freestyle kick*, Model Pembelajaran, Permainan, Renang

ABSTRACT

This study aimed to develop a game-based freestyle kick swimming learning model for children aged 5–6 years and to determine the feasibility and applicability of the developed model. The study employed a Research and Development (R&D) method using the ADDIE Development model, consisting of Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation stages. The research results indicate that freestyle kick skills in the aspects of head position, body position, and leg movements fall into the good to very good categories, with percentages ranging from 73.3% to 91.6%. The swimming freestyle kick learning model based on games is suitable for use as an alternative swimming learning model for children aged 5–6 years and can help coaches conduct learning activities in a more systematic, engaging manner that is appropriate to the characteristics of early childhood.

Keywords: *Early Childhood, Freestyle kick, Game, Learning Model, Swimming*

PENDAHULUAN

Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang memerlukan penguasaan teknik dasar sebagai landasan pembentukan keterampilan berenang. Pada anak usia dini, pembelajaran renang tidak hanya diarahkan pada penguasaan gerak, tetapi juga perlu memperhatikan proses adaptasi terhadap air, perkembangan motorik, keberanian, dan kenyamanan anak. Prawira et al., (2021) menyatakan bahwa pembelajaran renang anak usia dini perlu dikembangkan melalui aktivitas yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Sinclair & Roscoe (2023) juga menemukan bahwa aktivitas renang berkaitan dengan perkembangan keterampilan gerak dasar anak sehingga pembelajaran renang pada usia dini

memiliki nilai penting bagi perkembangan motorik. Oleh karena itu, teknik dasar perlu diberikan melalui pengalaman belajar yang terstruktur sekaligus menarik bagi anak.

Salah satu keterampilan dasar dalam renang gaya bebas adalah *freestyle kick* atau gerakan kaki gaya bebas. Gerakan ini berperan dalam menjaga posisi tubuh dan memberikan kontribusi terhadap pergerakan maju selama renang. Silveira et al., (2017) menunjukkan bahwa kontribusi gerakan kaki terhadap kecepatan renang gaya bebas perlu dipertimbangkan dalam pelaksanaan teknik secara keseluruhan. Pada pembelajaran anak, penguasaan gerakan kaki juga perlu dibangun secara bertahap agar anak mampu mengontrol posisi tubuh, tungkai, dan ritme gerakan. Hidayat (2019) melalui pengembangan model keterampilan renang gaya bebas pada anak usia sekolah dasar menunjukkan bahwa model pembelajaran yang sistematis dapat mendukung peningkatan keterampilan renang gaya bebas.

Pada anak usia 5–6 tahun, penguasaan *freestyle kick* masih menghadapi tantangan karena anak perlu mengoordinasikan posisi tubuh, gerakan tungkai, dan keseimbangan di dalam air secara bersamaan. Berdasarkan observasi awal di Dunia Berenang *Swimming School* Bekasi, sebagian anak masih mengalami kesulitan mempertahankan posisi tubuh sejajar dengan permukaan air, gerakan kaki didominasi tekukan lutut, irama tendangan belum konsisten, dan koordinasi gerakan belum terbentuk secara optimal. Dalam proses pembelajaran, pelatih telah memanfaatkan alat bantu seperti *kickboard* dan *noodles*. Namun, variasi aktivitas pembelajaran masih perlu dikembangkan agar kegiatan lebih menarik, tidak monoton, dan dapat mempertahankan keterlibatan anak selama proses pembelajaran. Kondisi tersebut menjadi dasar untuk mengembangkan model pembelajaran yang memadukan penguasaan teknik *freestyle kick* dengan aktivitas permainan yang sesuai dengan karakteristik anak usia 5–6 tahun.

Pendekatan berbasis permainan dapat menjadi alternatif untuk memberikan variasi dalam pembelajaran renang. Candra (2018) menunjukkan bahwa pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar gerak, sedangkan (Denatara & Arfah (2025) memperlihatkan bahwa aktivitas permainan dapat mendukung perkembangan keterampilan motorik kasar. Pasaribu (2026) menjelaskan bahwa modifikasi permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat digunakan untuk meningkatkan partisipasi dan keterampilan motorik melalui aktivitas yang lebih menarik. Dalam konteks renang, Kurniati & Broto (2019) berhasil mengembangkan model gerak dasar renang berbasis permainan untuk anak usia 5–6 tahun, sedangkan Tambunan et al., (2023) secara khusus menguji model latihan renang gaya bebas berbasis permainan pada anak usia 4–6 tahun. Temuan tersebut memperkuat relevansi pendekatan permainan, tetapi juga menunjukkan bahwa ruang pengembangan masih terbuka pada keterampilan yang lebih spesifik, yaitu *freestyle kick*.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pendekatan bermain dapat digunakan untuk mendukung pembelajaran keterampilan renang pada anak usia dini. Kurniati dan Broto (2019) mengembangkan model pembelajaran renang berbasis permainan untuk anak usia 5–6 tahun, sedangkan Herdianto et al., (2022) mengembangkan model pembelajaran renang melalui materi pengenalan aktivitas air pada anak sekolah dasar. Prawira et al., (2021) melalui kajian literatur juga menunjukkan bahwa pembelajaran renang pada anak usia dini perlu disesuaikan dengan karakteristik perkembangan dan kebutuhan belajar anak. Pada keterampilan gaya bebas, Hidayat (2019) mengembangkan model pembelajaran renang gaya bebas, sementara Tambunan et al., (2023) mengembangkan *game-based learning* dalam pembelajaran *freestyle swimming* untuk anak usia 4–6 tahun. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengembangan model dan penggunaan aktivitas permainan

memiliki potensi dalam mendukung pembelajaran renang anak. Namun, pembelajaran yang secara khusus mengembangkan rangkaian permainan untuk melatih *freestyle kick* pada anak usia 5–6 tahun dengan tahapan keterampilan yang sistematis masih memerlukan pengembangan lebih lanjut. Kebutuhan tersebut menjadi semakin penting karena pembelajaran *freestyle kick* tidak hanya berkaitan dengan gerakan tungkai, tetapi juga membutuhkan penguasaan posisi kepala, posisi tubuh, koordinasi gerak, serta kemampuan anak untuk mempertahankan gerakan secara konsisten di dalam air.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini mengembangkan model pembelajaran *freestyle kick* berbasis permainan yang disusun secara bertahap sesuai tingkat kesulitan dan karakteristik kemampuan anak usia 5–6 tahun. Kebaruan penelitian ini terletak pada penyusunan rangkaian permainan yang secara khusus diarahkan untuk mendukung penguasaan *freestyle kick* melalui keterpaduan tujuan pembelajaran, langkah permainan, penggunaan media, dan aspek keselamatan. Setiap permainan dirancang tidak hanya sebagai aktivitas untuk meningkatkan minat anak, tetapi juga memiliki tujuan keterampilan yang berkaitan dengan posisi kepala, posisi tubuh, dan gerakan tungkai sehingga membentuk tahapan pembelajaran yang terarah. Model tersebut diharapkan dapat membantu pelatih memberikan pengalaman belajar yang lebih bervariasi, aktif, dan menyenangkan sekaligus tetap memperhatikan pencapaian teknik dasar *freestyle kick.* Pengembangan model ini penting dilakukan sebagai salah satu alternatif pembelajaran renang yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran renang *freestyle kick* berbasis permainan untuk anak usia 5–6 tahun serta mengetahui kelayakan dan hasil penerapannya dalam proses pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* (R&D) dengan model pengembangan ADDIE yang meliputi tahap *Analysis, Design, Development, Implementation*, dan *Evaluation*. Pemilihan model ADDIE didasarkan pada tahapan pengembangan yang sistematis, mulai dari identifikasi kebutuhan hingga evaluasi produk yang dikembangkan. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2026 di Dunia Berenang *Swimming School* Bekasi. Populasi penelitian terdiri atas 20 anak usia 5–6 tahun, sedangkan sampel penelitian berjumlah 15 anak yang mengikuti program pembelajaran renang dan sedang mempelajari teknik dasar *freestyle kick*. Penelitian ini melibatkan tiga validator ahli, yaitu satu ahli pembelajaran dan dua ahli renang.

Tahap *Analysis* dilakukan melalui observasi awal dan wawancara dengan pelatih untuk mengidentifikasi kebutuhan serta permasalahan anak dalam *melakukan freestyle kick.* Tahap *Design* dilakukan dengan merancang tujuan, langkah-langkah kegiatan, media, alat, dan tingkat kesulitan permainan. Tahap *Development* menghasilkan 20 model permainan yang divalidasi oleh tiga validator ahli. Hasil validasi dan masukan dari para ahli digunakan sebagai dasar revisi sehingga diperoleh 16 model permainan yang dinyatakan layak. Tahap *Implementation* dilakukan dengan menerapkan 16 model permainan tersebut kepada 15 anak. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi awal, wawancara, validasi ahli, implementasi model, dan penilaian keterampilan *freestyle kick.* Instrumen penelitian terdiri atas pedoman observasi, pedoman wawancara, lembar validasi ahli, dan lembar penilaian keterampilan yang mencakup aspek posisi kepala, posisi tubuh, dan gerakan tungkai. Penilaian keterampilan dilakukan setelah implementasi menggunakan skor 0–100, kemudian dikonversi menjadi persentase dan dikelompokkan berdasarkan kategori kemampuan.

Tahap *Evaluation* dilakukan dengan menelaah hasil validasi, hasil implementasi, dan masukan dari para validator sebagai dasar penyempurnaan model. Data kuantitatif dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa skor, persentase, dan rerata. Sementara itu, data kualitatif berupa hasil observasi, wawancara, komentar, kritik, dan saran validator dianalisis secara deskriptif sebagai dasar revisi dan penyempurnaan model pembelajaran renang *freestyle kick* berbasis permainan yang dikembangkan.

HASIL PENELITIAN

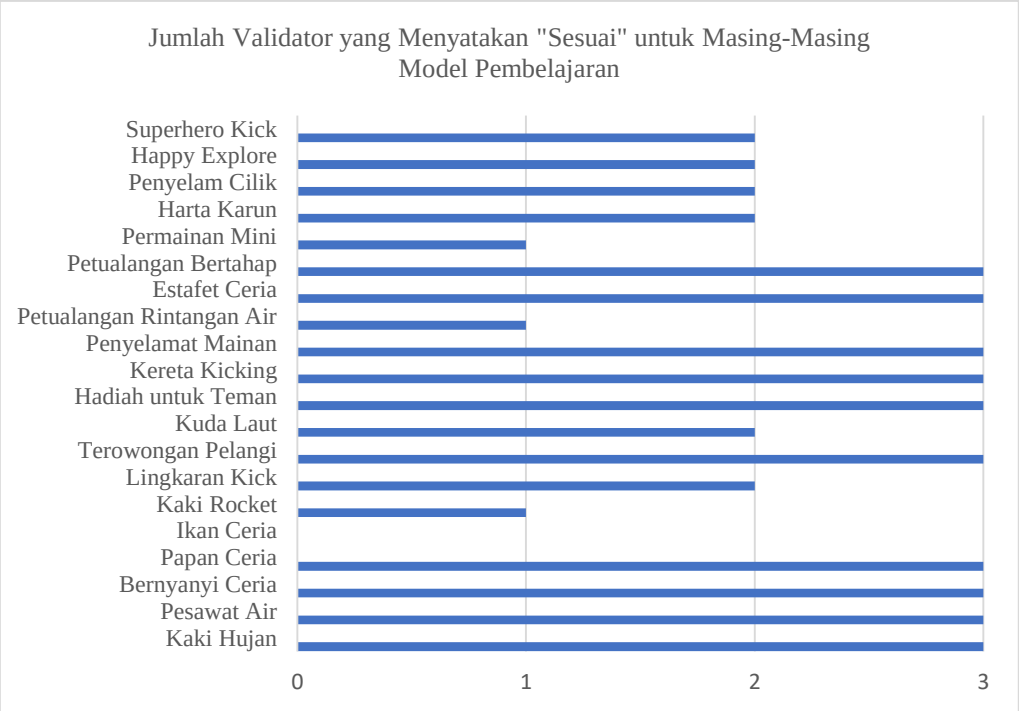
Penelitian menghasilkan model pembelajaran renang *freestyle kick* berbasis permainan untuk anak usia 5–6 tahun melalui tahapan ADDIE. Tahap awal dilakukan melalui analisis kebutuhan di Dunia Berenang *Swimming School* Bekasi, dilanjutkan dengan perancangan 20 model permainan, validasi ahli, revisi, implementasi, dan evaluasi. Alur pengembangan model ditunjukkan pada Gambar 1. Hasil ini memperlihatkan bahwa produk tidak langsung diterapkan, tetapi melalui proses seleksi dan penyempurnaan sebelum digunakan pada anak.



Gambar 1.
Pengembangan Model Pembelajaran Menggunakan Model ADDIE

Tabel 1.
Hasil Validasi 20 Model Pembelajaran Berbasis Permainan

No	Model Permainan	Status
1.	Kaki Hujan	Layak
2.	Pesawat Air	Layak
3.	Bernyanyi Ceria	Layak
4.	Papan Ceria	Layak
5.	Ikan Ceria	Tidak Layak
6.	Kaki *Rocket*	Tidak Layak
7.	Lingkaran *Kick*	Layak
8.	Terowongan Pelangi	Layak
9.	Kuda Laut	Layak
10.	Hadiah untuk Teman	Layak
11.	Kereta *Kicking*	Layak
12.	Penyelamat Mainan	Layak
13.	Petualangan Rintangan Air	Tidak Layak
14.	Estafet Ceria	Layak
15.	Petualangan Bertahap	Layak
16.	Permainan Mini	Tidak Layak
17.	Harta Karun	Layak
18.	Penyelam Cilik	Layak
19.	*Happy Explore*	Layak
20.	*Superhero Kick*	Layak



Gambar 2.
Hasil Validasi Model Pembelajaran Berbasis Permainan

Pada tahap pengembangan, 20 model permainan divalidasi oleh tiga validator yang terdiri atas satu ahli pembelajaran dan dua ahli renang. Berdasarkan hasil validasi, 16 model dinyatakan layak dan empat model tidak dilanjutkan ke tahap implementasi, yaitu Ikan Ceria, Kaki *Rocket*, Petualangan Rintangan Air, dan Permainan Mini. Keempat model tersebut memerlukan perbaikan pada kesesuaian tujuan dengan teknik *freestyle kick*, kejelasan langkah permainan, keterkaitan aktivitas dengan gerakan kaki, dan aspek keselamatan. Seleksi tersebut menunjukkan bahwa proses validasi tidak hanya digunakan untuk memberikan penilaian, tetapi juga menjadi dasar pengambilan keputusan terhadap model yang akan diterapkan.

Enam belas model yang dinyatakan layak kemudian direvisi sesuai masukan validator dan digunakan dalam implementasi. Produk final memuat *Tornado Kick*, Pesawat Air, Bernyanyi Ceria, Papan Ceria, Lingkaran *Kicking*, Terowongan Pelangi, *Rocket* Meluncur, *Hulahoop* Bahagia, *Noodles Train*, *Splash Rescue*, Estafet Ceria, *Aqua Mentor*, Harta Karun, Misi Berani Menyelam, *Happy Explore*, dan *Superhero Kick.* Model tersebut dikelompokkan ke dalam level mudah, sedang, dan sulit. Level mudah berfokus pada adaptasi air, posisi tubuh, dan gerakan tendangan dasar; level sedang menekankan koordinasi dan kontrol gerakan, sedangkan level sulit mengintegrasikan keterampilan yang telah dipelajari sebelumnya. Pengelompokan ini membuat urutan pembelajaran lebih terarah dan sesuai dengan prinsip pembelajaran bertahap.

Implementasi model dilakukan pada 15 anak usia 5–6 tahun. Penilaian keterampilan *freestyle kick* dilakukan berdasarkan tiga aspek, yaitu posisi kepala, posisi tubuh, dan gerakan tungkai. Hasil penilaian keterampilan menunjukkan capaian pada presentase 73,3%–91,6%. Berdasarkan hasil tersebut, aspek gerakan tungkai menunjukkan capaian yang lebih tinggi dibandingkan aspek lainnya, sedangkan aspek posisi kepala menunjukkan capaian yang relatif lebih rendah dan masih memerlukan perhatian dalam proses pembelajaran.

Tabel 2.
Hasil Penilaian Keterampilan *Freestyle kick* pada 15 Anak

Kode	Kepala	Tubuh	Tungkai	Persentase	Kategori
P1	85	80	90	85.0	Sangat Baik
P2	75	80	80	78.3	Baik
P3	85	85	90	86.6	Sangat Baik
P4	80	80	90	83.3	Sangat Baik
P5	85	80	80	81.6	Sangat Baik
P6	75	85	80	80.0	Sangat Baik
P7	80	75	80	78.3	Baik
P8	70	75	75	73.3	Baik
P9	80	80	85	81.6	Sangat Baik
P10	75	85	75	78.3	Baik
P11	65	80	75	73.3	Baik
P12	90	90	95	91.6	Sangat Baik
P13	85	90	90	88.3	Sangat Baik
P14	75	75	85	78.3	Baik
P15	75	80	75	76.6	Baik

Berdasarkan data pada tabel 2, dari 15 anak yang mengikuti penilaian keterampilan *freestyle kick*, sebanyak 8 anak (53,3%) memperoleh kategori sangat baik dan 7 anak (46,7%) memperoleh kategori baik. Capaian tertinggi diperoleh P12 dengan persentase 91,6%, sedangkan capaian terendah diperoleh P8 dan P11 dengan persentase 73,3%. Secara keseluruhan, seluruh anak telah mencapai kategori baik dan sangat baik dalam keterampilan *freestyle kick.*

PEMBAHASAN

Hasil pengembangan menunjukkan bahwa proses ADDIE dapat digunakan untuk menyusun model pembelajaran renang yang lebih terarah. Pada penelitian ini, tahap *Analysis* menghasilkan informasi mengenai kebutuhan variasi pembelajaran, tahap Design menghasilkan rancangan aktivitas, tahap *Development* menghasilkan 20 model, tahap *Implementation* menerapkan 16 model yang telah lolos validasi, dan tahap *Evaluation* digunakan untuk menelaah hasil penerapan serta masukan validator. Herdianto et al., (2022) menggunakan ADDIE dalam pengembangan pembelajaran renang, sedangkan Hernawan et al., (2018) menunjukkan pentingnya validasi ahli dalam pengembangan model renang untuk anak usia dini. Dengan demikian, proses seleksi dalam penelitian ini menjadi bagian penting untuk memastikan bahwa model yang diterapkan telah sesuai dengan tujuan pembelajaran dan karakteristik anak.

Hasil validasi menunjukkan bahwa 16 dari 20 model dinyatakan layak, sedangkan empat model tidak dilanjutkan. Masukan validator berkaitan dengan tujuan pembelajaran, prosedur permainan, kesesuaian aktivitas dengan gerakan *freestyle kick*, dan keselamatan. Temuan ini memperlihatkan bahwa pengembangan model pembelajaran berbasis permainan tidak cukup hanya menghasilkan aktivitas yang menarik, tetapi juga harus memastikan hubungan yang jelas antara permainan dan keterampilan yang ditargetkan. Juriana et al., (2015) menunjukkan bahwa pengembangan permainan air untuk anak usia 5–6 tahun juga memerlukan proses validasi dan penyempurnaan sebelum model digunakan. Hal tersebut memperkuat bahwa validasi ahli merupakan tahap penting dalam pengembangan model pembelajaran renang anak usia dini.

Pengelompokan model ke dalam level mudah, sedang, dan sulit memberikan urutan pengalaman belajar yang bertahap. Level awal memberi kesempatan anak beradaptasi dengan air dan mengenali posisi tubuh, sedangkan level berikutnya menuntut koordinasi gerakan yang lebih kompleks. Pola bertahap ini sejalan dengan pengembangan model renang berbasis permainan oleh Kurniati & Broto (2019) untuk anak usia 5–6 tahun. Pada penelitian tersebut, permainan digunakan untuk mengembangkan gerak dasar renang melalui aktivitas yang bervariasi. Temuan Hidayat (2019) juga menunjukkan bahwa model keterampilan renang gaya bebas yang disusun secara sistematis dapat mendukung peningkatan keterampilan. Oleh karena itu, penyusunan permainan secara bertingkat dalam penelitian ini bukan sekadar variasi aktivitas, tetapi menjadi struktur pembelajaran untuk mengarahkan anak dari keterampilan sederhana menuju keterampilan yang lebih kompleks.

Hasil implementasi menunjukkan bahwa capaian keterampilan *freestyle kick* dengan presentase 73,3%–91,6% tersebut menunjukkan bahwa setelah mengikuti rangkaian model permainan, peserta mampu melakukan indikator gerak yang dinilai pada tingkat baik hingga sangat baik. Temuan ini sejalan dengan Tambunan et al., (2023) yang menguji model latihan renang gaya bebas berbasis permainan pada anak usia 4–6 tahun dan menunjukkan efektivitas model. Subarkah (2023) juga menemukan bahwa permainan dapat digunakan untuk meningkatkan hasil belajar renang dasar gaya bebas. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa aktivitas permainan dapat digunakan sebagai media untuk mengemas latihan gaya bebas secara lebih menarik.

Pada aspek teknik, gerakan tungkai memiliki rerata tertinggi dibandingkan posisi kepala dan posisi tubuh. Hal ini dapat dipahami karena sebagian besar model yang dikembangkan secara langsung mengarahkan anak untuk melakukan tendangan kaki melalui aktivitas permainan. Silveira et al., (2017) menunjukkan bahwa leg *kick* memiliki kontribusi terhadap performa *front crawl*, sehingga perhatian terhadap kualitas gerakan tungkai menjadi bagian penting dalam pembelajaran *freestyle kick.* Wahyuni et al., (2023) juga menunjukkan bahwa latihan yang terstruktur melalui metode drill dan estafet dapat mendukung kemampuan renang gaya bebas. Perbedaan penelitian ini terletak pada pengemasan latihan tersebut ke dalam model permainan yang secara khusus menargetkan *freestyle kick* pada anak usia 5–6 tahun.

Penggunaan permainan juga memberikan manfaat pada proses pembelajaran. Berdasarkan observasi lapangan yang menjadi bagian dari penelitian, anak terlihat lebih antusias dan lebih mudah mengikuti aktivitas ketika latihan dikemas dalam bentuk permainan. Temuan tersebut sesuai dengan Candra (2018) yang menunjukkan manfaat pendekatan bermain terhadap hasil belajar gerak. Denatara & Arfah (2025) juga menunjukkan bahwa permainan dapat digunakan untuk mendukung keterampilan motorik kasar. Pasaribu (2026) menekankan bahwa modifikasi permainan dapat membantu meningkatkan partisipasi dan keterampilan motorik. Dalam konteks pembelajaran renang, Fatwa & Tahki (2022) memperlihatkan bahwa model pembelajaran dapat dirancang untuk membantu aspek psikologis anak, sedangkan Kartikasari et al., (2023) menempatkan aspek psikologis sebagai bagian penting dalam proses pembelajaran renang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan kebutuhan dan tahap perkembangan anak usia dini. Sinclair & Roscoe (2023) menunjukkan bahwa aktivitas renang berkaitan dengan perkembangan keterampilan gerak dasar pada anak usia 3–11 tahun. Prawira et al., (2021) juga menekankan bahwa pembelajaran renang perlu disesuaikan dengan kebutuhan anak usia dini. Selain itu, Mahyudi et al., (2025) menunjukkan bahwa program pembelajaran renang yang terstruktur dapat mendukung perkembangan motorik dan kepercayaan diri anak. Hal tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran renang pada anak perlu disusun

secara terarah dengan tetap memberikan variasi aktivitas dan pengalaman belajar yang menyenangkan. Dalam konteks penelitian ini, model berbasis permainan tidak hanya mendukung penguasaan teknik *freestyle kick*, tetapi juga memberikan pengalaman pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangan anak usia dini.

Pengembangan model dalam penelitian ini diarahkan secara khusus pada keterampilan *freestyle kick* melalui aktivitas permainan untuk anak usia 5–6 tahun. Kurniati & Broto (2019) mengembangkan gerak dasar renang berbasis permainan untuk kelompok usia yang sama, sedangkan Tambunan et al., (2023) mengembangkan model latihan *freestyle kick* berbasis permainan untuk anak usia 4–6 tahun. Penelitian ini melanjutkan dan mempersempit fokus tersebut dengan menjadikan posisi kepala, posisi tubuh, dan gerakan tungkai sebagai indikator utama serta menyusun 20 rancangan yang diseleksi hingga 16 model final. Kontribusi penelitian terletak pada penyediaan model yang lebih spesifik untuk keterampilan *freestyle kick* dan dapat digunakan sebagai alternatif oleh pelatih.

SIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan 16 model pembelajaran renang *freestyle kick* berbasis permainan untuk anak usia 5–6 tahun yang dikembangkan menggunakan model ADDIE melalui tahapan *Analysis, Design, Development, Implementation dan Evaluation.* Berdasarkan hasil validasi ahli terhadap 20 model awal, sebanyak 16 model dinyatakan layak digunakan setelah melalui proses revisi, sedangkan empat model tidak dilanjutkan. Model yang dihasilkan disusun secara bertahap melalui aktivitas permainan yang disesuaikan dengan tujuan pembelajaran, teknik *freestyle kick*, serta karakteristik anak usia dini sehingga dapat menjadi alternatif bagi pelatih dalam melaksanakan pembelajaran secara lebih sistematis dan menarik.

Hasil implementasi menunjukkan bahwa capaian keterampilan *freestyle kick* pada aspek posisi kepala, posisi tubuh, dan gerakan tungkai berada pada kategori baik hingga sangat baik dengan persentase 73,3%–91,6% Dengan demikian, model pembelajaran renang *freestyle kick* berbasis permainan yang dikembangkan layak digunakan sebagai alternatif pembelajaran renang bagi anak usia 5–6 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

Candra, J. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Gerak Lokomotor dengan Pola Pendekatan Bermain SD Al Hanief Kota Bekasi. *Jendela Olahraga, 3*(1), 57–66. https://doi.org/10.26877/jo.v3i1.2033

Denatara, E. T., & Arfah, S. B. (2025). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar melalui Permainan Bola Kaki dan Bola Tangan pada Siswa SDN Wanasari 13 Kabupaten Bekasi. *Discourse of Physical Education*, *4*(1), 88–99. https://doi.org/10.36312/dpe.v4i1.2524

Fatwa, H. H., & Tahki, K. (2022). Model Penurunan Tingkat Kecemasan melalui Media Olahraga Renang untuk Anak Usia Dini. *Journal Olahraga Rekat (Rekreasi Masyarakat)*, *1*(2), 89–101. https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jor/article/view/32908

Herdianto, H., Iyakrus, I., & Usra, M. (2022). Pengembangan Model Pembelajaran Renang melalui Materi Pengenalan Aktivitas Air di Sekolah Dasar. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, *2*(3), 129–138. https://doi.org/10.22437/ijssc.v2i3.10517

Hernawan, H., Widiastuti, W., Timur, A. I., & Pradityana, K. (2018). Pengembangan Model Pengenalan Air untuk Anak Usia Dini. *JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, *12*(2), 251–260. https://doi.org/10.21009/JPUD.122.06

Hidayat, T. A. S. (2019). Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Bebas (TriAs) untuk Anak Usia Sekolah Dasar. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan, 10*(1), 56–57. https://doi.org/10.21009/GJIK.101.06

Juriana, J., Kholik, A., Ismail, I., Aryati, A., Prayudho, S., & Yunita, Y. (2015). Development of the Twelve Games in the Water Model to Enhance Floating Skills in Children Aged 5–6 Years. *Indonesian Journal of Sports and Health Psychology, 1*(1), 1–13. https://doi.org/10.26740/ijshp.v1i1.35731

Kartikasari, D., Komariyah, L., & Rahmat, A. (2023). Aspek Psikologis dalam Pembelajaran Renang: Systematic Literature Review. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga, 4*(3), 294–306. https://doi.org/10.46838/spr.v4i3.433

Kurniati, R., & Broto, D. P. (2019). Pengembangan Model Pembelajaran Renang Berbasis Permainan untuk Anak Usia 5–6 Tahun. *Motion: Jurnal Riset Physical Education, 10*(1), 10–21. https://doi.org/10.33558/motion.v10i1.1625

Mahyudi, Y. V., Widyawan, D., & Ningrum, D. T. M. (2025). Pengaruh Program Pembelajaran Renang Terstruktur terhadap Perkembangan Motorik dan Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Dasar. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 24*(2), 330–342. https://doi.org/10.20527/multilateral.v24i2.21865

Pasaribu, A. M. N. (2026). Game Modification in Physical Education Learning: A Literature Review on Improving Student Participation and Motor Skills. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga, 18*(1), 1734–1747. https://doi.org/10.26858/cpjok.v18i1.681

Prawira, A. Y., Prabowo, E., & Febrianto, F. (2021). Model Pembelajaran Olahraga Renang Anak Usia Dini: Literature Review. *Jurnal Educatio FKIP UNMA, 7*(2), 300–308. https://doi.org/10.31949/educatio.v7i2.995

Rohim, F., Prawira, A. Y., Ningrum, D. T. M., & Ala, F. (2024). Model Latihan Teknik Renang Gaya Bebas pada Atlet Pemula di Klub Embun Pagi Jakarta Timur. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga, 4*(3), 372–377. https://doi.org/10.46838/spr.v4i3.386

Silveira, R. P., Castro, F. A. S., Figueiredo, P., Vilas-Boas, J. P., & Zamparo, P. (2017). The Effects of Leg Kick on Swimming Speed and Arm-Stroke Efficiency in the Front Crawl. *International Journal of Sports Physiology and Performance, 12*(6), 728–735. https://doi.org/10.1123/ijspp.2016-0232

Sinclair, L., & Roscoe, C. M. P. (2023). The Impact of Swimming on Fundamental Movement Skill Development in Children (3–11 Years): A Systematic Literature Review. *Children, 10*(8), 1411. https://doi.org/10.3390/children10081411

Subarkah, T. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Renang Dasar Gaya Bebas melalui Permainan pada Siswa Kelas VI SDN Widodaren 6. *Cendikia: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, 1*(1), 111–124. https://doi.org/10.572349/cendikia.v1i1.68

Tambunan, D. D., Sukiri, S., & Siregar, N. M. (2023). Effectiveness of Game-Based Freestyle Swimming Training Models for Early Children (4–6 Years). *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan, 14*(1), 121–128. https://doi.org/10.21009/GJIK.141.10

Wahyuni, A. D., Maulana, F., & Nurudin, A. A. (2023). Metode Drill dan Estafet: Bagaimana Pengaruhnya terhadap Renang Gaya Bebas? *Jurnal Educatio FKIP UNMA, 9*(4), 1746–1751. https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.6079