



Innovative Swimming Activities: Enhancing Self-Confidence, Safety, and Motor Development in Young Children

Permainan Inovatif Olahraga Renang: Membangun Kepercayaan Diri, Keselamatan, dan Motorik Anak Usia Dini

Komang Ayu Krisna Dewi^{1,*}, Ni Gusti Ayulia Rusmayani¹, Ni Komang Rian Tutuandari¹

¹Universitas Triatma Mulya

*Correspondence: krisna.dewi@triatmamulya.ac.id

ABSTRACT

This study aimed to examine the effectiveness of an innovative play-based approach in swimming instruction to enhance self-confidence, water safety awareness, and fundamental motor skills among early childhood learners. The research was conducted at SDN 1 Batuagung, Jembrana, using a quantitative method with a quasi-experimental design—specifically, a non-equivalent control group design—involving 40 students aged 6–8 years. The experimental group received swimming instruction through innovative play-based methods, while the control group received conventional instruction. Instruments included a self-confidence scale based on Bandura's self-efficacy indicators, a water safety observation sheet adapted from the *Life Saving for Kids* module (ILSF, 2021), and a water-contextualized version of the TGMD-2 motor skills test. All instruments were validated by experts and demonstrated high reliability ($\alpha > 0.80$). Data were analyzed using paired sample t-tests and independent sample t-tests with SPSS version 25. The results showed significant improvements in the experimental group compared to the control group: self-confidence increased by 32%, water safety by 43%, and fundamental motor skills by 38%. These findings indicate that the innovative play-based approach creates a safe, enjoyable, and adaptive learning environment. Theoretically, the study contributes to the body of knowledge in physical education and early childhood development, while practically, it provides guidance for teachers, coaches, and curriculum developers to design swimming lessons that are holistic—addressing not only technique, but also psychological and safety aspects. This research also opens avenues for future exploration on the long-term impacts of this model on character building, emotional regulation, and its applicability to children with special needs or outdoor water-based learning environments.

Keywords: Innovative Games; Swimming; Self-Confidence; Water Safety; Motor Skills

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas pendekatan permainan inovatif dalam pembelajaran renang terhadap peningkatan kepercayaan diri, pemahaman keselamatan air, dan keterampilan motorik dasar anak usia dini. Penelitian dilaksanakan di SDN 1 Batuagung, Jembrana, menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi-experimental* tipe *non-equivalent control group design*, melibatkan 40 siswa usia 6–8 tahun. Kelompok eksperimen mengikuti pembelajaran renang berbasis permainan inovatif, sedangkan kelompok kontrol menerima pembelajaran konvensional. Instrumen meliputi skala kepercayaan diri berdasarkan indikator efikasi diri Bandura, lembar observasi keselamatan air dari modul *Life Saving for Kids* (ILSF, 2021), dan tes keterampilan motorik berbasis TGMD-2 yang dimodifikasi untuk konteks air. Seluruh instrumen divalidasi oleh pakar dan menunjukkan reliabilitas tinggi ($\alpha > 0,80$). Analisis data dilakukan menggunakan *paired sample t-test* dan *independent sample t-test* melalui SPSS versi 25. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol: kepercayaan diri naik 32%, keselamatan air 43%, dan motorik dasar 38%. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan permainan inovatif menciptakan lingkungan belajar yang aman, menyenangkan, dan adaptif. *Implikasi teoritis* penelitian ini memperkaya literatur pendidikan jasmani dan perkembangan anak usia dini, sementara *implikasi praktis*-nya menjadi rujukan bagi guru, pelatih, dan pengembang kurikulum dalam merancang pembelajaran renang yang holistik, tidak hanya fokus pada teknik, tetapi juga aspek psikologis dan keselamatan. Penelitian ini juga membuka ruang kajian lanjutan tentang dampak jangka panjang model ini terhadap karakter, regulasi emosi, serta penerapannya pada anak berkebutuhan khusus dan pembelajaran berbasis air di luar ruang.

Kata Kunci: Permainan Inovatif; Olahraga Renang; Kepercayaan Diri; Keselamatan Air; Keterampilan Motorik

This is an open access article under the [CC - BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan fase perkembangan yang sangat krusial dalam membentuk fondasi keterampilan motorik, sosial, dan emosional. Namun, fakta di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak anak usia 5–8 tahun yang mengalami hambatan dalam perkembangan motorik dasar, seperti keseimbangan, koordinasi, serta kepercayaan diri dalam aktivitas fisik, khususnya saat berinteraksi dengan air (Yuliani & Hartati, 2021). Data dari WHO (2022) menyebutkan bahwa kurang dari 30% anak pada usia sekolah dasar awal memiliki tingkat aktivitas fisik yang cukup untuk mendukung perkembangan motorik optimal. Permasalahan ini semakin penting mengingat tingginya risiko kecelakaan air pada anak-anak yang belum memiliki keterampilan dasar keselamatan di lingkungan perairan (Safe Kids Worldwide, 2020; Rees et al., 2023).

Situasi tersebut mendorong perlunya pendekatan pembelajaran olahraga yang tidak hanya menekankan pada aspek teknis, tetapi juga menyentuh dimensi psikologis dan keselamatan. Salah satu pendekatan yang menjanjikan adalah melalui permainan inovatif dalam olahraga renang, yang bersifat edukatif sekaligus menyenangkan. Pendekatan berbasis permainan (*play-based learning*) terbukti efektif dalam membangun kepercayaan diri, mengurangi ketakutan terhadap air, serta merangsang perkembangan koordinasi motorik anak usia dini (Gagen & Getchell, 2008; Logan et al., 2014; Pratama & Sukadiyanto, 2022). Selain itu, pendekatan ini juga sejalan dengan prinsip pembelajaran yang berpusat pada anak dan berbasis pengalaman konkret (Syahputra et al., 2021; Widodo, 2023). Meskipun demikian, studi yang secara spesifik mengkaji pengaruh permainan inovatif dalam konteks olahraga renang terhadap tiga aspek penting secara simultan—kepercayaan diri, keselamatan air, dan keterampilan motorik dasar—masih sangat terbatas (Sallis et al., 2016; Widodo & Sugiyanto, 2019). Penelitian sebelumnya cenderung berfokus hanya pada aspek teknis berenang atau pengembangan motorik secara umum tanpa mengintegrasikan dimensi emosional dan keselamatan secara menyeluruh (Nugroho et al., 2021; Lee & Lee, 2022).

Oleh karena itu, penelitian ini memiliki diferensiasi penting dengan mengkaji secara holistik efektivitas metode permainan inovatif dalam olahraga renang yang dirancang secara khusus untuk membangun kepercayaan diri, meningkatkan kesadaran keselamatan air, dan mengembangkan fondasi motorik anak usia dini secara simultan dalam satu model pembelajaran. Penelitian ini dilaksanakan di SDN 1 Batuagung, Kabupaten Jembrana, Bali, yang memiliki fasilitas kolam renang dan program pendidikan jasmani terstruktur. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dan membandingkan efektivitas metode permainan inovatif terhadap peningkatan kepercayaan diri, pemahaman keselamatan air, dan kemampuan motorik dasar anak usia dini.

Penelitian ini dilandasi oleh hipotesis bahwa pembelajaran renang berbasis permainan inovatif dapat memberikan dampak yang lebih menyeluruh dan signifikan terhadap perkembangan psikofisik anak dibandingkan pendekatan konvensional. Dengan mengangkat tema ini, diharapkan penelitian dapat memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan model pembelajaran renang anak usia dini yang lebih adaptif, menyenangkan, dan efektif. Selain itu, hasil studi ini juga diharapkan memperkaya literatur dalam bidang pendidikan jasmani dan rekreasi olahraga, serta mendukung fokus dan scope *Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation* dalam mendorong pendekatan pedagogis yang inovatif dan berorientasi pada keselamatan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *quasi-experimental tipe non-equivalent control group design*. Rancangan ini dipilih untuk memungkinkan peneliti membandingkan efektivitas metode permainan inovatif dalam olahraga renang terhadap peningkatan kepercayaan diri, keselamatan air, dan keterampilan motorik dasar anak usia dini, tanpa melakukan randomisasi penuh, namun tetap menjaga validitas internal secara memadai (Creswell, 2019; Ary et al., 2020). Penelitian dilaksanakan yakni di SDN 1 Batuagung, Kabupaten Jembrana, sebagai kelompok eksperimen. Pemilihan lokasi dilakukan secara *purposive* berdasarkan kesesuaian karakteristik peserta didik, ketersediaan fasilitas kolam renang, serta kesiapan institusi dalam mendukung pembelajaran berbasis permainan. Populasi penelitian adalah anak usia 6–8 tahun yang mengikuti program renang pemula di kedua sekolah. Sampel terdiri atas 40 anak yang dibagi ke dalam dua kelompok, masing-masing 20 peserta pada kelompok eksperimen dan 20 peserta pada kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan berupa penerapan model permainan inovatif dalam pembelajaran renang, sedangkan kelompok kontrol mengikuti pembelajaran renang menggunakan pendekatan konvensional yang lebih terstruktur dan teknis.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga instrumen utama. Pertama, skala kepercayaan diri anak dalam aktivitas air yang dikembangkan berdasarkan indikator efikasi diri sosial menurut Bandura (1997), dan telah dimodifikasi untuk konteks renang anak usia dini. Kedua, lembar observasi keselamatan air yang disusun berdasarkan modul *Life Saving for Kids* dari International Life Saving Federation (ILSF, 2021), yang mencakup

indikator kesadaran risiko, tindakan pencegahan, dan keberanian mengambil keputusan di lingkungan air. Ketiga, tes keterampilan motorik dasar air yang meliputi koordinasi gerak, keseimbangan, dan orientasi tubuh dalam air, dikembangkan dari instrumen *Test of Gross Motor Development* (TGMD-2) dan telah dimodifikasi untuk pembelajaran renang (Ulrich, 2020). Ketiga instrumen tersebut telah divalidasi isi oleh tiga pakar pendidikan jasmani dan psikologi perkembangan anak, serta diuji reliabilitasnya menggunakan Alpha Cronbach yang menunjukkan koefisien $> 0,80$, menandakan reliabilitas yang sangat baik (Sugiyono, 2021).

Data dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial. Uji *paired sample t-test* digunakan untuk melihat perbedaan antara pra dan pasca tes dalam masing-masing kelompok, sedangkan *independent sample t-test* digunakan untuk menguji perbedaan antar kelompok eksperimen dan kontrol. Seluruh proses analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25 dengan tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$ (Field, 2020).

Pelaksanaan penelitian berlangsung selama enam minggu, terdiri dari tahap pra-tes, intervensi, dan pasca-tes. Sesi pembelajaran renang dilaksanakan dua kali dalam seminggu, masing-masing berdurasi 60 menit. Peneliti berperan langsung sebagai fasilitator utama dalam sesi intervensi di kelompok eksperimen, didampingi oleh dua asisten pelatih yang telah memperoleh pelatihan intensif mengenai model permainan yang digunakan. Untuk menjamin konsistensi pelaksanaan dan pencatatan data, dilakukan pengawasan silang antar pengamat, serta penggunaan lembar observasi standar. Pendekatan ini dipilih untuk memastikan bahwa implementasi model permainan inovatif benar-benar sesuai dengan desain intervensi dan tidak tercampur dengan pendekatan pembelajaran konvensional (Zach et al., 2022). Dengan desain dan kontrol tersebut, diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran yang kuat dan valid mengenai dampak penggunaan metode permainan inovatif dalam olahraga renang terhadap aspek psikologis, keselamatan, dan perkembangan motorik anak usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilaksanakan di SDN 1 Batuagung menghasilkan temuan penting bahwa penerapan metode permainan inovatif dalam pembelajaran olahraga renang memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri, keselamatan air, dan keterampilan motorik dasar anak usia dini. Berdasarkan data kuantitatif pada Tabel 1 hingga Tabel 4, terlihat bahwa kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan skor pasca-tes yang jauh lebih tinggi secara konsisten dibandingkan kelompok kontrol pada ketiga aspek tersebut. Dalam aspek kepercayaan diri, terdapat peningkatan sebesar $32,03\%$ dari skor rata-rata pra-tes ($58,40 \pm 5,32$) menjadi pasca-tes ($77,10 \pm 4,95$), sedangkan pada kelompok kontrol peningkatannya hanya $11,07\%$. Temuan ini memperlihatkan bahwa metode permainan menciptakan situasi belajar yang *emotionally supportive*, di mana anak-anak menjadi lebih aktif mengeksplorasi lingkungan air, tampak lebih percaya diri saat mencoba gerakan baru, serta menunjukkan ekspresi positif seperti tersenyum dan tertawa. Hal ini sejalan dengan studi Gagen dan Getchell (2008) yang menekankan pentingnya *play-based learning* dalam mengembangkan keberanian dan rasa percaya diri anak. Dukungan hasil ini juga terlihat pada studi Satriawan et al. (2023) dan Hadinata et al. (2021) yang menyimpulkan bahwa pembelajaran berbasis permainan berkontribusi signifikan dalam meningkatkan *self-efficacy* dan keberanian dalam aktivitas fisik. Pendekatan ini juga memfasilitasi pengalaman keberhasilan kecil yang berulang, sebagaimana dikemukakan oleh Buadanani & Eliza (2022) dan Lee & Lee (2022), yang menjadi pondasi kuat pembentukan motivasi intrinsik anak dalam konteks pendidikan usia dini.

Selanjutnya, pada aspek pemahaman keselamatan air, hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar $43,19\%$, dari skor rata-rata pra-tes $52,30 \pm 6,02$ menjadi $74,90 \pm 5,88$ pada pasca-tes. Sementara itu, kelompok kontrol hanya menunjukkan peningkatan sebesar $13,74\%$. Anak-anak dalam kelompok eksperimen menunjukkan kemampuan mengenali situasi berisiko, seperti bermain di tepi kolam, berdiri di dasar yang licin, hingga memahami prosedur masuk ke air yang aman dan tindakan awal jika terjadi kecelakaan kecil di kolam. Temuan ini sangat penting mengingat edukasi keselamatan air pada anak seringkali kurang diperhatikan dalam kurikulum olahraga. Hasil ini selaras dengan rekomendasi *International Life Saving Federation* (2021), yang menekankan integrasi pendidikan keselamatan air sejak usia dini sebagai bagian dari literasi air (*water competence*). Selain itu, Rees et al. (2023) menyebutkan bahwa pendekatan yang kontekstual dan menyenangkan sangat efektif dalam membentuk kebiasaan aman di lingkungan perairan. Dengan metode permainan edukatif, pesan-pesan keselamatan dapat diterima anak dengan cara yang lebih aplikatif dan membekas, tanpa menimbulkan ketakutan atau trauma terhadap air.

Pada aspek keterampilan motorik dasar air, hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan sebesar $38,01\%$ pada kelompok eksperimen, dari skor rata-rata pra-tes $49,80 \pm 6,45$ menjadi $68,70 \pm 5,96$ pada pasca-tes. Peningkatan ini jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya mengalami kenaikan sebesar $17,13\%$. Permainan inovatif dalam air terbukti mampu merangsang perkembangan koordinasi gerak, keseimbangan, dan orientasi tubuh dalam air. Anak-anak dalam kelompok eksperimen mampu melakukan gerakan

meluncur dengan stabil, melakukan koordinasi tangan dan kaki secara simultan, serta menunjukkan peningkatan dalam kontrol gerakan saat berada di dalam air. Temuan ini diperkuat oleh pendapat Logan et al. (2014) yang menekankan bahwa lingkungan belajar yang menantang namun menyenangkan sangat berperan dalam mengakselerasi perkembangan sensorimotor anak. Pratama & Sukadiyanto (2022) juga menegaskan bahwa penggunaan media permainan dalam renang meningkatkan efektivitas gerak dasar melalui latihan-latihan yang menyenangkan namun tetap menuntut adaptasi gerakan.

Berbeda dari sebagian besar penelitian sebelumnya yang fokus hanya pada satu aspek seperti teknik renang atau kemampuan motorik, penelitian ini mengintegrasikan tiga dimensi penting—kepercayaan diri, keselamatan, dan motorik—ke dalam satu pendekatan pembelajaran yang holistik dan terstruktur. Hal ini menjadi keunggulan utama studi ini, karena menunjukkan bahwa metode permainan tidak hanya berdampak pada keterampilan fisik, tetapi juga aspek afektif dan kognitif anak. Sallis et al. (2016) memang menekankan pentingnya pendekatan aktif dalam pendidikan jasmani anak, tetapi belum secara spesifik mengaitkannya dengan pembelajaran renang dan keselamatan air. Kontribusi praktis dari penelitian ini dapat menjadi acuan dalam pengembangan kurikulum PJOK anak usia dini, pelatihan guru, maupun program pelatih renang. Metode permainan inovatif terbukti lebih adaptif dibandingkan pendekatan konvensional karena memberikan ruang eksplorasi yang aman, menyenangkan, dan membangun koneksi sosial antar anak. Sebagaimana dikemukakan Widodo (2023) dan Zach et al. (2022), pembelajaran yang bersifat *experiential* dan berpusat pada anak sangat berperan dalam mendukung perkembangan psikologis dan fisik secara bersamaan.

Akhirnya, temuan penelitian ini membuka peluang kolaborasi lintas disiplin antara pendidik, pelatih, psikolog anak, dan ahli keselamatan air untuk merancang pendekatan pembelajaran berbasis permainan yang lebih sistematis, relevan, dan berkelanjutan. Model ini juga sangat potensial untuk diterapkan dalam konteks pendidikan inklusif, seperti pada anak berkebutuhan khusus atau dalam pembelajaran luar ruang berbasis air. Ke depan, diperlukan studi lanjutan dengan jangka waktu lebih panjang untuk mengukur dampak berkelanjutan dari model ini terhadap pembentukan karakter, pengelolaan emosi, dan kemampuan sosial anak usia dini di lingkungan akuatik. Dengan demikian, metode permainan inovatif dalam renang tidak hanya menjadi media pembelajaran fisik, tetapi juga sarana strategis dalam pembangunan profil pelajar Pancasila yang adaptif, percaya diri, dan memiliki kesadaran keselamatan sejak dini.

Tabel 1. Rata-rata Skor Kepercayaan Diri Anak Pra dan Pasca Perlakuan

Kelompok	Pra-Tes (Mean ± SD)	Pasca-Tes (Mean ± SD)	Δ Peningkatan (%)
Eksperimen	58,40 ± 5,32	77,10 ± 4,95	+32,03%
Kontrol	56,90 ± 4,78	63,20 ± 4,66	+11,07%

Tabel 2. Rata-rata Skor Pemahaman Keselamatan Air

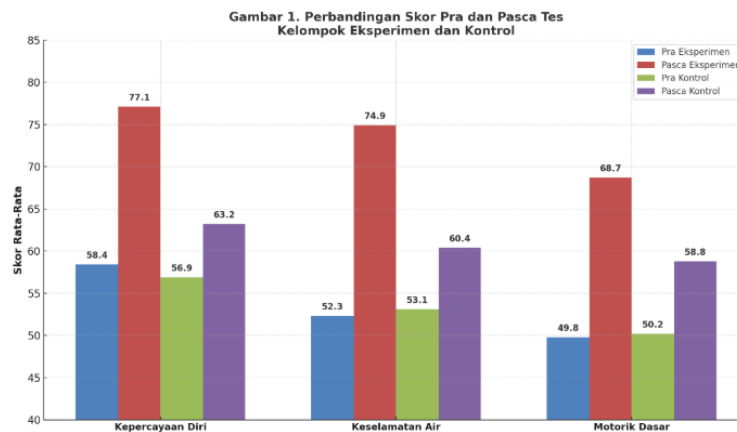
Kelompok	Pra-Tes (Mean ± SD)	Pasca-Tes (Mean ± SD)	Δ Peningkatan (%)
Eksperimen	52,30 ± 6,02	74,90 ± 5,88	+43,19%
Kontrol	53,10 ± 5,74	60,40 ± 5,51	+13,74%

Tabel 3. Rata-rata Skor Keterampilan Motorik Dasar Air

Kelompok	Pra-Tes (Mean ± SD)	Pasca-Tes (Mean ± SD)	Δ Peningkatan (%)
Eksperimen	49,80 ± 6,45	68,70 ± 5,96	+38,01%
Kontrol	50,20 ± 6,11	58,80 ± 5,79	+17,13%

Tabel 4. Rata Skor Pra dan Pasca Tes pada Aspek Kepercayaan Diri, Keselamatan Air, dan Motorik Dasar Anak Usia Dini

Aspek	Pra-Tes Eksperimen	Pasca-Tes Eksperimen	Pra-Tes Kontrol	Pasca-Tes Kontrol
Kepercayaan Diri	58.4	77.1	56.9	63.2
Keselamatan Air	52.3	74.9	53.1	60.4
Motorik Dasar	49.8	68.7	50.2	58.8



Gambar 1. Perbandingan Skor Pra dan Pasca Tes Kelompok Eksperimen dan Kontrol

KESIMPULAN

Penelitian yang dilaksanakan di SDN 1 Batuagung, Jembrana ini menunjukkan bahwa permainan inovatif dalam olahraga renang bukan hanya metode mengajar yang menyenangkan, tetapi juga pendekatan pembelajaran yang menyentuh banyak aspek penting perkembangan anak usia dini. Bukan cuma melatih teknik berenang, pendekatan ini terbukti mampu menumbuhkan kepercayaan diri, meningkatkan kesadaran keselamatan air, serta mengembangkan keterampilan motorik dasar secara bersamaan. Anak-anak yang mengikuti model pembelajaran ini tampak lebih berani, antusias, dan terampil saat beraktivitas di air. Suasana belajar yang dibuat menyenangkan dan penuh tantangan membuat mereka lebih siap secara fisik dan mental dalam menjelajahi lingkungan air dengan aman.

Lebih dari itu, temuan ini memberikan sinyal kuat bahwa pembelajaran renang anak tidak harus kaku dan teknis. Justru, ketika unsur permainan dan eksplorasi dimasukkan, hasilnya jauh lebih bermakna dan berdampak jangka panjang. Secara teori, pendekatan ini menantang cara lama dalam mengajar renang yang hanya fokus pada teknik, dan mendorong lahirnya pengalaman belajar yang menyeluruh—baik untuk tubuh, emosi, maupun kesiapan menghadapi risiko. Secara praktis, hasil penelitian ini bisa jadi bahan pertimbangan dalam merancang kurikulum pendidikan jasmani yang lebih adaptif, humanis, dan menyenangkan untuk anak-anak. Guru PJOK, pelatih renang, dan sekolah kini punya alternatif baru dalam mengajarkan renang yang efektif dan ramah anak. Meski begitu, masih banyak hal menarik yang bisa dikaji lebih lanjut—misalnya, bagaimana efek jangka panjang pendekatan ini terhadap pembentukan karakter, pengendalian emosi, atau bagaimana permainan air ini berdampak pada anak dengan kebutuhan khusus. Ruang-ruang eksplorasi inilah yang membuat penelitian ke depan semakin relevan dan penting untuk dilakukan.

Daftar Pustaka

- Ary, D., Jacobs, L. C., Irvine, C. K. S., & Walker, D. A. (2020). *Introduction to Research in Education* (10th ed.). Cengage Learning.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Creswell, J. W. (2019). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (6th ed.). Pearson.
- Field, A. (2020). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). SAGE Publications.
- Gagen, L. M., & Getchell, N. (2008). Using “constraints” to design developmentally appropriate movement activities for early childhood education. *Early Childhood Education Journal*, <https://doi.org/10.1007/s10643-007-0215-z>
- Hadinata, A., Lestari, R., & Oktarina, R. (2021). Model pembelajaran berbasis permainan dalam pendidikan jasmani anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 9(2), <https://doi.org/10.15294/jpok.v9i2.52381>
- ILSF. (2021). *Water Safety for Children: Life Saving Education Module*. International Life Saving Federation.
- Lee, H., & Lee, C. (2022). Children’s confidence and aquatic competence through play-based swimming lessons. *Early Child Development and Care*, <https://doi.org/10.1080/03004430.2022.2070098>
- Nugroho, H., Fauziah, N., & Suryanto, D. (2021). Perkembangan motorik anak melalui kegiatan permainan air. *Jurnal*

Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(1).

- Pratama, A., & Sukadiyanto. (2022). *Model pembelajaran renang berbasis permainan dalam meningkatkan minat dan keberanian anak usia dini*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(1), <https://doi.org/10.24176/jik.v11i1.6789>
- Rees, T., et al. (2023). *Preventing drowning among children through school-based interventions*. *International Journal of Injury Control and Safety Promotion*, <https://doi.org/10.1080/17457300.2023.2180023>
- Safe Kids Worldwide. (2020). *Drowning prevention in early learners*. www.safekids.org
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syahputra, I., Hasanah, U., & Wibowo, R. A. (2021). *Pengaruh pembelajaran kontekstual berbasis bermain terhadap pengembangan motorik halus anak*. *Jurnal PAUD*, 9(2).
- Ulrich, D. A. (2020). *Test of Gross Motor Development—Third Edition (TGMD-3)*. Pro-Ed.
- Widodo, S. A. (2023). *Play-based motor learning in physical education for early childhood*. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(1), <https://doi.org/10.13189/sport.2023.110118>
- WHO. (2022). *Global status report on physical activity*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240059153>
- Yuliani, S., & Hartati, S. (2021). *Perkembangan motorik kasar anak usia 5–8 tahun*. *Jurnal Golden Age*, 5(2).
- Zach, S., Yazdi-Ugav, O., & Zeev, A. (2022). *Physical activity and motor development among early learners: The effects of structured vs. unstructured programs*. *Early Childhood Education Journal*, 50(1), <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01183-9>