

# Pengalaman yang Tak Ingin Diingat

Ashraf Atharrayhan



Tara Salvia

Centre of Excellence



Saat aku kelas 5, aku sedang mengikuti pelajaran renang. Aku sedang mengganti baju ke baju renangku. Baju renangku berwarna hitam dan abu-abu. Aku juga memakai kaca mata renang berwarna merah dan hitam dan bermerek Adidas. Aku memulai pemanasan di darat dan di air. Aku memilih tempat duduk di sebelah Rama dan Raisha. Rama memakai baju renang berwarna hitam dan biru sedangkan Raisha memakai baju renang berwarna *tosca*.



Aku memilih tempat duduk di sebelah kanan kolam renang yang tidak memiliki atap di atas

kolamnya. Kolam di sebelah kanan memiliki tinggi lebih dalam dibandingkan yang di sebelah kiri yang memiliki tinggi yang lebih pendek dan memiliki atap di atas kolamnya.

Setelah pemanasan, aku memulai latihan gaya-gaya renang. Latihan pertama yang aku lakukan adalah latihan gaya bebas. Aku melakukan 2 set untuk latihan gaya bebas. Setiap set adalah sekali meluncur ke ujung kolam dan kembali lagi. Aku melakukan ini dua kali karena aku melakukan 2 set. Setelah melakukan 2 set latihan gaya bebas aku melakukan 2 set latihan selanjutnya yaitu latihan gaya dada. Setelah melakukan latihan gaya dada, aku melakukan 2 set latihan terakhir yaitu latihan gaya punggung.

Aku belum mengerti cara melakukan gaya punggung. saat mencobanya beberapa kali pertama aku tidak bisa melakukan gaya punggung dengan benar. Saat aku sedang mencoba melakukannya lagi, kepalaku tak sengaja masuk ke

dalam air. saat itu aku panik karena kepalaku masuk ke dalam air dengan cepat.



Karena aku panik, aku tidak bisa *bubble* di dalam air dengan benar sehingga air masuk ke dalam tubuhku. Aku bergerak terus menerus agar menarik perhatian karena aku tidak bisa berbicara karena air menutupi mulutku. Karena aku bergerak terus aku berhasil mendekati pinggir

kolam agar Rama dan Raisha bisa membantuku ke pinggir kolam dengan aman. Saat aku di pinggir kolam, aku batuk terus menerus dan mengeluarkan air dari mulutku. Setelah itu, aku pergi ke toilet untuk menenangkan diri dan aku batuk di dalam toilet beberapa kali. Guruku mendengarku batuk di dalam toilet dan berkata

“Rayhan kamu gapapa?”.

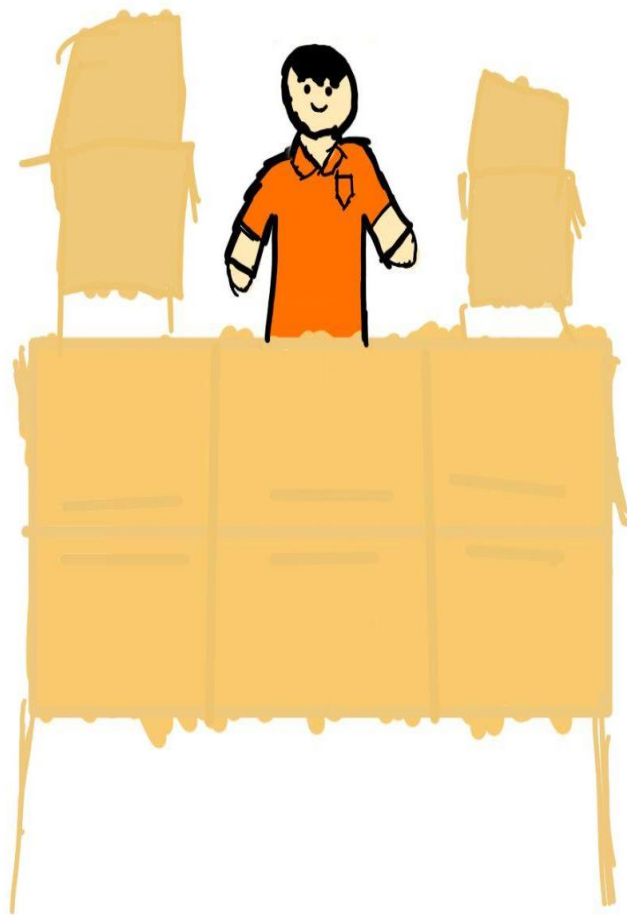
Aku keluar dari toilet dan menceritakan ke guru bahwa aku tenggelam saat melakukan gaya punggung. Guruku memakai baju berwarna putih dan coklat dan memakai jilbab berwarna krem. Kemudian, guruku membantuku mencari air agar aku bisa lebih tenang dan membantu tubuhku membaik dari tenggelam. Saat aku meminum airnya, aku juga menjelaskan ke guru bagaimana aku tenggelam dengan lebih jelas. Kemudian aku diminta guruku untuk kembali ke kelas terlebih dahulu. Saat aku kembali ke kelas, Aku bertemu temanku yang izin tidak berenang.

"Ray kok kamu udah balik?" tanya temanku.

"Aku tadi tenggelam jadi disuruh balik". jawabku.

"Hah tenggelam!" kata temanku.

"Hehe iya" jawabku.



Aku menceritakan ke temanku bagaimana aku bisa tenggelam saat pelajaran renang. Kemudian, Aku membantu temanku menyusun lembar kerja. Setelah kejadian itu, aku merasa cemas hal itu

akan terjadi lagi. Aku menjadi lebih berhati-hati saat berenang dan mempelajari gaya punggung lagi.





**Tara Salvia**

Centre of Excellence

1. Cerita ini milik dan karya siswa kelas 2-5 SD Tara Salvia
2. Cerita dibuat melalui serangkaian proses menulis.
3. Publikasi dilaksanakan sebagai bagian dari proses belajar siswa dan menjadi salah satu bentuk kontribusi pengembangan literasi
4. Cerita tidak untuk kepentingan komersial atau tidak untuk diperjual belikan
5. Pemanfaatan cerita oleh umum harus mendapatkan izin dari Sekolah Tara Salvia.