

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Olahraga merupakan suatu aktivitas yang sangat erat hubungannya dengan kesehatan dan kebugaran tubuh, secara umum olahraga didefinisikan sebagai salah satu aktifitas fisik maupun jasmani seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang. Pada zaman ini anak-anak yang kurang melakukan gerak memiliki aktifitas fisik yang sedikit, hal ini tentu akan memberikan efek negatif bagi tumbuh kembang dan tingkat kebugaran jasmani mereka. Risiko yang paling ditakutkan adalah kurangnya interaksi sosial sehingga anak menjadi pribadi yang pendiam dan tidak aktif, juga banyak anak yang terjangkit obesitas (kelebihan lemak) pada anak yang akan mudah terserang berbagai penyakit kronis berbahaya pada saat mereka dewasa nanti, seperti diabetes, penyakit jantung, darah tinggi, kanker dan kolesterol.

Aktivitas fisik sangat penting untuk pertumbuhan perkembangan secara keseluruhan pada anak. Melalui permainan, anak dapat berkesempatan untuk melatih kemampuan fisik, memahami keterampilan, dapat berfikir kreatif mungkin, belajar bersosialisai dan juga bebas berekspresi. Permainan merupakan sebuah aktivitas dengan tujuan mencari kesenangan yang membentuk karakter dan memenuhi perkembangan fisik, intelektual, sosial, moral dan emosional. Permainan juga merupakan alat bagi anak untuk menjelajah dunianya. Semua aktivitas olahraga harus mendorong anak-anak untuk bermain dan menyalurkan energi

mereka secara positif untuk kesehatan jangka panjang. Saat bermain secara tidak langsung anak-anak akan melakukan interaksi sosial dan menemukan perbedaan sifat antara satu sama lain, serta menimbulkan rasa sportifitas, salah satunya adalah olahraga atletik.

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang banyak diminati, atletik adalah gabungan beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan yaitu lari, lempar, lompat dan jalan. Atletik dilakukan secara individu. Jadi, atletik merupakan salah satu aktivitas fisik yang dapat diperlombakan atau dipertandingkan dalam bentuk kegiatan jalan, lari, lempar, dan lompat, karena atletik ini memiliki beberapa bentuk kegiatan yang beragam, maka atletik bisa disebut sebagai ibu dari semua cabang olahraga. Karena atletik sebagai dasar olahraga, maka atletik sangat penting dan perlu di ajarkan kepada anak-anak sejak usia dini. Atletik dapat menyalurkan unsur kegembiraan dan sifat-sifat tertentu, seperti kegigihan, semangat berlomba dan lain-lain. Atletik merupakan kegiatan sehari-hari yang dapat dikembangkan menjadi bermain.

International of Athletics Federation (IAAF) adalah pengurus atletik dunia yang mengembangkan suatu konsep baru pada olahraga atletik yang disesuaikan dengan perkembangan anak, konsep tersebut diberi nama “*IAAF Kids Athletic*”. Konsep *IAAF Kids Athletic* bertujuan untuk menimbulkan kegembiraan saat bermain pada cabang olahraga atletik, selain itu anak-anak dapat bergerak lebih bebas. Permainan yang terdapat dalam cabang olahraga atletik akan membuat anak bermain sekaligus membuat badan lebih bugar serta mendapatkan kepuasan pada dirinya.

Permainan adalah bentuk aktivitas yang menyenangkan yang dilakukan semata-mata untuk aktivitas itu sendiri, bukan karena ingin memperoleh sesuatu yang dihasilkan dari aktivitas tersebut dan suatu kegiatan yang menimbulkan keasyikan dan kesenangan untuk melepaskan energi yang dilakukan secara suka rela tanpa paksaan dan rasa tanggungjawab, dan tanpa mempertimbangkan hasil akhir yang berfungsi sebagai pengembangan potensi dan kreatifitas anak.

Bermain merupakan salah satu kebutuhan penting bagi anak-anak. Dengan bermain anak bisa belajar untuk beradaptasi dan bersosialisasi dengan sekitar. Bermain dapat mengasah kemampuan anak untuk dapat berekreasi, namun tidak jarang, atletik menjadi kegiatan yang membosankan, untuk mengatasinya diperlukan variasi baru dalam bentuk kegiatan menarik dan menyenangkan.

Kendala yang sering terjadi pada permainan *kids athletic* adalah kurang kreatifnya pelatih dalam merancang permainan atau melakukan modifikasi permainan *kids athletic* menyenangkan dan aman yang tidak menyebabkan anak menjadi cepat bosan.

Berdasarkan latar belakang diatas, kondisi pandemi seperti ini banyak anak-anak tidak bisa mengikuti kegiatan sekolah dan latihan. Peneliti berobservasi di lingkungan sekitar Kp. Baru Kapin, Pondok Kelapa, Duren Sawit, Jakarta Timur. Banyak anak-anak bermain diluar tanpa adanya pantauan dari guru maupun pelatih sehingga gerak anak menjadi tidak terarah. Maka dari itu peneliti bertujuan membuat bentuk model *kids athletic* berbasis permainan untuk usia 6-8 tahun agar anak yang mengikuti kegiatan tidak bosan dan guru atau pelatih mempunyai variasi.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, fokus permasalahan yang diangkat oleh peneliti adalah : Model *kids athletic* berbasis permainan untuk usia 6-8 tahun.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka permasalahan yang menjadi pokok penelitian adalah “Bagaimana pengembangan model *kids athletic* berbasis permainan untuk usia 6-8 tahun”.

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa kegunaan sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti
 - a. Salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan mendapatkan gelar sarjana olahraga.
 - b. Menambah pengetahuan dan pengalaman baru yang dapat dijadikan sebagai bekal ketika memasuki dunia kerja. .
2. Bagi institusi
 - a. Sebagai referensi dalam memberikan pembelajaran yang menarik, efektif dan efisien kepada peserta didik.
 - b. Menambah pengetahuan dan wawasan bagi pembaca, dan Cabang Olahraga Atletik Universitas Negeri Jakarta.
3. Bagi Pelatih atau Pendidik

Meningkatkan kualitas dan kreatifitas dalam membuat program sehingga mampu memberikan suasana latihan yang lebih menyenangkan