

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Atletik Merupakan cabang olahraga yang menjadi dasar dari semua cabang olahraga. Karena dalam cabang olahraga atletik terdiri dari gerak dasar manusia yaitu berjalan, berlari, lompat dan lempar. Maka dari itu atletik memiliki julukan “*Mother Of Sport*” . bila dilihat dari arti atau istilah “Atletik” berasal dari bahasa Yunani yaitu Athlon atau Athlun yaitu berarti “ lomba atau perombaan atau pertandingan” Amerika sebagian Eropa dan Asia sering memakai istilah atletik dengan *Track and Field* dan Negara Jerman memakai kata *Leicht Athletik* dan Negara Belanda memakai istilah *Athletiek*. Atletik merupakan cabang olahraga bergengsi di dunia karena didalam cabang olahraga atletik terdapat banyak *event* yang diperlombakan. baik dari nomor lari, lompat dan lempar. Sehingga cabang olahraga ini bisa menjadi salah satu cabang olahraga yang mempunyai potensi untuk menyumbangkan medali melalui *multievent* baik regional maupun internasional, dan dapat berimbas pada meningkatnya peringkat suatu daerah maupun negara. Namun dalam pencapaian prestasi tersebut, ada banyak komponen pendukung yang perlu diperhatikan, baik komponen langsung maupun tidak langsung atau komponen utama dan komponen pendukung. Seiring berjalannya waktu, atletik berkembang maju baik pada latihan maupun perlombaan. Hal itu bertujuan agar bisa memudahkan atlet maupun pelatih. Serta memberikan keefektifan pada setiap pelaksanaan kegiatan atletik. Maka dari itu, sudah

seharusnya olahraga dikenalkan pada anak agar kemampuan gerak dasar mereka semakin banyak, tidak terkecuali dengan olahraga atletik yang bisa memenuhi kebutuhan gerak dasar dan proses belajar gerak bagi anak – anak.

Pengalaman gerak dasar sejak dini merupakan dasar untuk membentuk pola gerak di masa mendatang, semakin muda usia anak maka potensi pertumbuhan jasmani anak akan semakin baik. Pertumbuhan jasmani terbaik terjadi pada usia 10 tahun sampai dengan 15 tahun. Pada usia tersebut gerak dasar pada anak berpotensi untuk berkembang optimal. Untuk itu perlu diperhatikan serius dari orang tua, guru dan pelatih dalam perkembangan motorik anak agar mampu mengarahkan bakat olahraga pada cabang tertentu. Ria Lumintarso (2013) juga mengatakan bahwa tidak stabilnya prestasi olahraga di Indonesia adalah rendahnya fondasi pembinaan gerak yang dilakukan sejak dini.

Usia sebelum 10 hingga 15 tahun oleh Montessori (2012) juga disebut sebagai masa peka atau periode *sensitive* yaitu masa dimana anak – anak menyerap segala sesuatu dan lingkungannya, baik positif ataupun negatif. Usia tersebut terjadi pada masa 0 – 8 Tahun. Anak sangat peka dengan rangsangan yang didapat dari lingkungannya. Terkait dengan pembinaan olahraga sejak dini dan potensi pertumbuhan jasmani yang potensial untuk dikembangkan pada masa remaja, tahap anak usia dini adalah tahap anak belajar untuk memupuk minatnya terhadap olahraga (George Graham, Shirley ann Halt, Melissa Parker, 1980). Untuk itu anak perlu memperoleh pengalaman menyenangkan dalam melakukan pembelajaran gerak (Ria Lumintarso, 2013). Fakta tersebut menunjukkan bahwa kegiatan bermain

dan belajar gerak terjadi pada usia taman kanak – kanak , sekolah dasar dan sekolah menengah pertama.

Pada dasarnya olahraga atletik sudah memiliki tahapan latihan bagi setiap kelompok usia. Tahapan tersebut adalah *Kids Athletics, Multi Events, Event Group Development, Specialisation, dan Performance* (IAAF 2009:64) . kelima tahapan tersebut memiliki karakteristik , sasaran dan *treatment* yang berbeda – beda. Setiap atlet juga diharapkan juga bisa melakukan setiap tahapannya karena itu sangat penting dan berhubungan dengan tahapan berikutnya untuk memperkaya dan kemudian mendukung untuk melakukan gerak di tahap berikutnya sehingga atlet dapat mencapai prestasi maksimal atau peak performance. Hal demikian pula yang menyebabkan atletik memiliki banyak sekali cara berlatih dan mengembangkan diri meskipun tetap dalam gerakan utama, yaitu : Lari, Lempar dan Lompat.

International of Athletics Fedeeration (IAAF) telah mengembangkan suatu konsep baru pada olahraga atletik yang di sesuaikan dengan perkembangan anak. Konsep tersebut diberi nama “*IAAF Kids Athletics*” pada tahun 2001. Konsep *IAAF Kids Athletics* bertujuan untuk mengenalkan olahraga atletik yang dikemas dengan model permainan yang menimbulkan kegembiraan saat bermain pada cabang olahraga atletik, selain itu anak – anak dapat bergerak lebih bebas. Gerakan - Gerakan dalam *Kids Athletics* disederhanakan dengan harapan tidak akan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak karena aktivitas jasmani. Di Indonesia *Kids Athletics* juga telah di pertandingkan pada tingkatan sekolah dasar, yaitu *event O2SN* meskipun dalam perlombaan tersebut tidak semua nomor diadakan. Dalam pelaksanaan *Kids Athletics* pada O2SN juga selalu

mempertimbangkan keamanan bagi peserta, semua peralatan dibuat dengan bahan yang tidak membahayakan dan ramah bagi fisik anak – anak. Diadakannya kegiatan tersebut tidak lain adalah untuk memberikan kegembiraan dan pengalaman bertanding bagi anak – anak, Adapun hadiah yang ada merupakan sebuah penghargaan dan sebuah tambahan motivasi untuk rajin berlatih dan berproses menjadi seorang olahragawan yang lebih baik lagi.

Kids Athletics merupakan salah satu permainan yang diciptakan oleh para ahli bidang olahraga untuk merangsang anak atau memberikan motivasi anak untuk bergerak menyerupai pembelajaran atletik yang sesungguhnya. Pada anak usia dini antara 7 – 15 Tahun, *Kids Athletics* merupakan alternatif pembelajaran anak usia dini, hal ini dimaksudkan agar anak – anak menyukai pembelajaran atletik yang selama ini mempunyai kesan berat, memerlukan tenaga ekstra, dan membosankan. Dengan pembelajaran yang menyenangkan bagi anak – anak, maka anak akan merasakan bahwa permainan yang dimainkan tidak terasa membosankan dan melelahkan, yang dirasakan adalah rasa ingin lebih lama lagi dan rasa ingin tahu lebih besar lagi. Selain itu permainan *Kids Athletics* memiliki unsur tantangan, di mana ada unsur persaingan oleh lawan atau teman yang ikut bermain. Dengan demikian permainan *Kids Athletics* ini dapat dilakukan di lapangan terbuka, maupun bagi sekolah yang tidak memiliki halaman yang luas, maka permainan *Kids Athletics* dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja. *Kids Athletics* adalah permainan yang memiliki unsur gerak dasar lari, lompat dan lempar. Di samping itu, *Kids Athletics* juga dapat meningkatkan kesegaran jasmani anak – anak usia dini,

karena dalam permainan ini terdapat unsur daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi.

Namun pada penerapannya, *Kids Athletics* yang sesuai dengan kaidah dari *IAAF* (*International of Athletics Federation*) sering terlupakan, banyak dari pelatih yang hanya memfokuskan pada prestasi sehingga melupakan hal yang paling dasar yaitu membangun dan memberikan pengalaman gerak pada anak – anak. Dunia anak cenderung lebih senang untuk belajar sambil bermain dengan banyaknya variasi Latihan berubah menjadi kegiatan yang membosankan dan melelahkan karena tuntutan prestasi yang terlalu tinggi. Sehingga anak tidak dapat mengikuti Latihan hingga sampai ke puncak penampilannya karena mereka memilih untuk berhenti berlatih akibat dari pola dan metode Latihan yang salah sejak awal.

Dari seluruh pemaparan di atas dan berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, maka diperoleh informasi bahwa pentingnya pengembangan model Latihan *Kids Athletics* pada anak usia 7 – 8 tahun yang disusun secara sederhana agar memudahkan anak dalam berlatih dengan membuat banyaknya variasi model Latihan *Kids Athletics*, yang bertujuan agar dapat dilakukan oleh anak – anak dengan gembira dan tentunya tidak membosankan.

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas focus penelitian ini, agar permasalahan tidak menjadi luas, maka peneliti memfokuskan penelitian pada

Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* untuk anak Usia 7 – 8 Tahun, Penelitian ini diharapkan dapat menjadi media pembelajaran dalam bentuk model latihan yang dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar pada anak usia 7 – 8 Tahun

C. Perumusan Masalah

1. Bagaimana Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* untuk Usia 7 – 8 Tahun ?
2. Apakah pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* efektif untuk variasi latihan anak-anak usia 7 – 8 Tahun ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Penelitian ini secara teoritis diharapkan menjadi salah satu bahan kajian ilmiah bagi pelatih-pelatih yang akan mendalami pengembangan model latihan *Kids Athletics* pada kategori usia 7 – 8 Tahun
2. Bagi peneliti, hasil penelitian pengembangan model latihan ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan model latihan *Kids Athletics*
3. Bagi program Studi Ilmu Keolahragaan Konsentrasi kecabangan Olahraga dapat dijadikan panduan mahasiswa olahraga Ilmu Keolahragaan Konsentrasi Kecabangan Olahraga untuk pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* pada Usia 7 – 8 Tahun

4. Bagi Institusi Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta, penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmu dalam bidang olahraga Ilmu Keolahragaan dan Kecabangan Olahraga sehingga melahirkan penelitian – penelitian yang lebih baik dari sebelumnya
5. Bagi Mahasiswa, dapat menambah materi serta wawasan dalam perkuliahan

