

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Secara umum hampir di setiap negara anak merupakan sumber daya manusia yang mempunyai peranan yang sangat besar dalam memajukan dan mengembangkan suatu negara karena dengan melalui proses yang dilakukan sejak masa anak-anak berdampak kelak saat dewasa dengan prestasi yang diraih dapat mengangkat harkat dan martabat negara itu sendiri. Oleh karena itu program yang dilakukan oleh pemerintah yang berupa program pembinaan olahraga selalu diarahkan dan ditujukan untuk meningkatkan kemampuan serta keterampilan berprestasi. Dalam hal ini pada program pembinaan olahraga yang dilakukan ada empat aspek yang sangat penting dan harus menjadi perhatian yaitu pemanduan bakat, identifikasi, bakat, pengembangan bakat serta pembinaan sejak usia dini. Berkaitan dengan aspek pembinaan, terdapat pembinaan yang harus menjadi perhatian serius yaitu pembinaan yang bertujuan untuk mengembangkan fisik, merangsang serta memacu pertumbuhan dan perkembangan anak.

Dalam hal ini, pembinaan multilateral merupakan pembinaan yang tepat dilakukan pada masa awal anak-anak untuk menciptakan peluang-peluang melalui cabang-cabang olahraga yang ada serta mendukung kecabangan olahraga yang diprioritaskan. Di Indonesia khususnya pembinaan multilateral diterapkan melalui pelatihan-pelatihan gerak dasar multilateral kecabangan olahraga yang wajib dilakukan pada tahap awal masa anak-anak sejalan dengan perkembangan sebagai pondasi dasar sebelum masuk ke spesialisasi. Dalam Hal ini pemerintah memberikan dukungan yang cukup besar dan dukungan itu terlihat pada konsep pembinaan multilateral yang ditemukan di hampir semua cabang olahraga. Hal ini karena pembinaan multilateral sangat penting untuk dilakukan dan jika diterapkan dengan tepat maka memungkinkan anak untuk mengembangkan dasar fisiologis dan psikologis yang dibutuhkan untuk memaksimalkan kinerja di kemudian hari dan dalam karirnya dapat bertahan lama. Oleh karena itu dalam mengembangkan keterampilan motorik harus meliputi gerak dasar kecabangan olahraga. Hal ini

dilakukan untuk menghindari spesialisasi dini dan burn out pada anak yang akan mengakibatkan drop out. Selain itu setiap anak juga harus diberikan pengembangan kemampuan biomotor fisik (*fitness*) agar mereka mempunyai pondasi yang kuat untuk pengembangan selanjutnya dan terhindar dari cedera.

Setiap anak perlu melakukan pengembangan keterampilan gerakanya. Begitupula dengan pengembangan fisik, yaitu setiap anak harus melakukan pengembangan biomotor (*fitness*) yang menyeluruh untuk memberikan pondasi yang kuat terhadap pengembangan selanjutnya. Demikian halnya dengan keterampilan sosial dimana olahraga membentuk karakter artinya dalam pembelajaran gerak terdapat berbagai aspek sosial dalam kelompok yang mempunyai karakter kerjasama, *sportif, fair play* dan kebaikan . Hal ini menjadikan olahraga dan gerak merupakan miniatur kehidupan bagi anak- anak di usia mereka.

Atletik merupakan induk dari semua cabang olahraga, alasan utamanya adalah nomor-nomor atletik meliputi; jalan, lari, lompat dan lempar merupakan gerakan yang tidak lepas dari kehidupan manusia sehari-hari dan menjadi dasar gerakan cabanglain “ *Mother of Sport*”. Gerak dasar manusia memerlukan suatu kemampuan fisik atau biomotor yang merupakan elemen gerakan dari nomor-nomor atletik. Oleh karena itu, pengembangan model-model latihan dan pemberian beban latihan atletik haruslah sesuai dengan usia, kebutuhan, pertumbuhan , perkembangan dan kemampuan dasar fisik.

Kids Athletics merupakan salah satu cabang olahraga atletik yang diperuntukkan untuk anak- anak dengan rentang waktu usia 7- 12 tahun. Karakteristik anak adalah senang bermain, bersaing atau mencari perbandingan dengan orang lain. Oleh karena itu mereka membutuhkan aktifitas fisik berupa model latihan yang diberikan berdasarkan usia, kemampuan, pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Sebagaimana orang dewasa yang memerlukan *standard* model latihan olahraga, anak anak pun memerlukan model latihan olahraga yang sama sesuai dengan kebutuhan mereka yang ditentukan dengan sifat atau karakteristik dan kemampuan masing-masing anak.

Pada musim semi tahun 2001, "*Athletics IAAF Kids*" mengambil inisiatif dan mengembangkan konsep perlombaan untuk anak-anak yang menampilkan

model yang berbeda dari atletik dewasa. Konsep ini selanjutnya diberi nama, "*IAAF KIDS 'ATHLETICS'*". Kemudian, pada tahun 2005, *IAAF* menciptakan kebijakan atletik global untuk remaja berusia 7 hingga 15 tahun. Kebijakan ini memiliki dua tujuan: (1) untuk menjadikan atletik sebagai acara individu yang paling banyak dilakukan di sekolah-sekolah di seluruh dunia dan (2) untuk memungkinkan anak-anak dari federasi dan lainnya untuk mempersiapkan masa depan mereka dalam atletik dengan cara paling efisien. Pendekatan ini bergantung pada bentuk kompetisi yang sesuai untuk semua kategori umur dan lembaga yang menerapkan program ini. Kompetisi ini adalah struktur pengorganisasian untuk latihan anak-anak dari pelatihan atletik atlet, pendidikan pelatih, hakim, dan lain sebagainya. Nomor *Kids Athletics* mulai diperkenalkan di Indonesia pada tahun 2009, selanjutnya disebarluaskan ke sekolah-sekolah melalui Pusat Pembinaan Atletik Pelajar (PPAP). Peluncuran program secara luas dilakukan pada tahun 2013 dengan memberikan pelatihan kepada guru-guru pendidikan jasmani dan melibatkan 57 sekolah pada 13 provinsi.

Konsep dari *Kids Athletics* yaitu membawa kegembiraan dalam bermain atletik. *Kids Athletics* dibuat untuk memenuhi minat anak-anak dalam aktivitas gerak. Mengenalkan gerak dasar atletik dalam sebuah permainan, merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani anak, memelihara kesehatan, menghindari rasa bosan dan mengajarkan berbagai aspek sosial seperti kerjasama, saling menghargai dan kekompakan pada anak-anak.

Sosialisasi *Kids Athletics* sudah dilakukan pemerintah melalui pelatihan maupun penataran-penataran. Dalam pelaksanaan kegiatan yang sudah dilakukan, peneliti menemukan beberapa masalah dalam mensosialisasikan dan mengembangkan *Kids Athletics*, yaitu diantaranya: (1) Banyak guru Pendidikan jasmani atau pelatih olahraga yang mempunyai persepsi yang terbatas bahwa model latihan yang diberikan sama dengan standarisasi untuk orang dewasa, standarisasi yang tidak memadai ini sering mengarah ke spesialisasi awal yang merugikan anak-anak. (2) Guru pendidikan jasmani maupun pelatih olahraga belum memahami jika mereka dapat mengembangkan model pembelajaran atau latihan yang lebih bervariasi (3) Guru Pendidikan jasmani atau pelatih olahraga terbatas dalam memberikan variasi program pembelajaran atau latihan yang sesuai dengan

usia anak- anak (4) Khususnya di kota-kota besar banyak anak yang tidak sehat karena kurang bergerak yaitu kelebihan beratbadan karena terlalu banyak menonton tv, duduk di depan komputer, video games, dan lain sebagainya (5) *Kids Athletics* belum dimasukkan dalam kurikulum khusus sehingga keterampilan gerak yang ada tidak bisa diberikan secara optimal (6) Kurangnya jam pelajaran untuk aktifitas fisik anak di sekolah sehingga aktifitas anak kurang.

Berdasarkan hasil pengamatan di atas maka permasalahan gerak anak harus segera dipecahkan atau dicari solusinya karena jika tidak ditangani akan menimbulkan dampak yang sangat besar bagi pertumbuhan dan perkembangan mereka. Kemampuangerak dasar anak dapat dikembangkan melalui pengembangan model latihan *Kids Athletics* untuk usia 8- 10 tahun yang meliputi gerak dasar lari, lompat dan lempar.

Hasil dari penelitian ini merupakan produk dari model dan variasi latihan lari, lempardan lompat dalam *Kids Athletics* bagi anak usia 8-10 tahun yang akan dikembangkan melalui; (1) Publikasi ke jurnal ilmiah yang terindeks *scopus*, (2) Membuat HAKI penelitian, (3) Menerbitkan buku dalam bentuk *hardcopy* dan *e-book* dengan judul “Model latihan gerak dasar berbasis *Kids Athletics* untuk anak usia 8- 10 tahun” , (4) Membuat aplikasi dalam bentuk barcode QRIS yang berisi video model latihan gerak dasar berbasis *Kids Athletics* untuk anak usia 8- 10 tahun. Kemudian *Implementation* dari penelitian ini adalah memberikan sosialisasi dalam bentuk pelatihan pengembangan model latihan gerak dasar berbasis *Kids Athletics* bagi anak usia 8- 10 tahun kepada para pelatih muda maupun guru- guru pendidikan jasmani di tingkat dasar.

Penelitian ini akan dilaksanakan di Jakarta dan Lombok Nusa Tenggara Barat selama 12 bulan. Empat bulan pertama penelitian ini ini berfokus pada Studi lapangan di berbagai klub atletik, perencanaan penelitian dan menyusun draft. Kemudian delapan bulan berikutnya yaitu melakukan validasi ahli, uji coba kelompok skala kecil, uji coba kelompok skala besar, uji efektifitas produk dan revisi akhir produk, desiminasi dan terakhir mengimplementasikannya.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan alasan penelitian, maka batasan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengembangan variasi- variasi latihan keterampilan gerak dasar lari, lempar dan lompat yang berbasis *Kids Athletics* pada anak usia 8- 10 tahun.
2. Menguji keefektifan variasi latihan keterampilan gerak dasar lari, lempar dan lompat yang berbasis *Kids Athletics* pada anak usia 8- 10 tahun

C. Rumusan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah pengembangan model latihan gerak dasar yang berbasis *Kids Athletics* efektif untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lari, lempar dan lompat pada anak usia 8- 10 tahun?
2. Apakah pengembangan model latihan gerak dasar berbasis *Kids Athletics* yang diberikan pada kelompok eksperimen memberikan pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar lari, lempar dan lompat dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment/* perlakuan?
3. Apakah pengembangan model latihan gerak dasar berbasis *Kids Athletics* pada anak usia 8- 10 tahun sudah melalui uji kelayakan oleh para *expert* dan layak untuk diimplementasikan?

D. Tujuan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai masukan dan bahan pertimbangan para pelatih, dosen dan guru pendidikan jasmani serta pembina olahraga khususnya cabang olahraga atletik. Tujuan tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Kegunaan Praktis

- a. Mengembangkan keterampilan gerak dasar, fisik, kemampuan mental dan sosial serta akademik.
- b. Mengembangkan gerak dasar atletik dalam sebuah model permainan yang

menyenangkan

- c. Menghindari spesialisasi dini melalui model latihan yang disesuaikan dengan standarisasi anak

2. Kegunaan Teoritis

- a. Evaluasi sebagai bahan informasi ilmu pengetahuan baru, perkembangan anak dan pengukuran kemajuan anak yang diharapkan guna tercapainya hasil yang terbaik.
- b. Hasil kajian permasalahan penelitian ini diharapkan berguna bagi perkembangan penelitian di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta dan juga di Program studi Pendidikan Olahraga PPs Universitas Negeri Jakarta.

E. *State of The Art*

State of The Art sangat erat berkaitan dengan bidang ilmu yang menjadi *focus* peneliti dan variabel- variabel penelitian peneliti itu juga sedang hangat-hangatnya dibicarakan di tempat lain sehingga dapat diketahui bahwa variabel peneliti merupakan isu- isu kontemporer (isu- isu) mutakhir dalam bidang ilmu yang sedang di dalam.

Berikut adalah tabel penelusuran penulis terkait studi literatur untuk menentukan *state of the art*:

Tabel 1. 1 Penelusuran Studi Literatur

No.	Nama Peneliti dan Tahun	Hasil Penelitian
1.	(Willwéber, 2016)	Studi ini menyajikan hasil kinerja fisik umum di antara siswa kelas 3 di sebuah sekolah dasar di jalan umbierska di Baska Bystrica. Hasil diperoleh melalui penerapan tes yang dipilih dan EUROFIT dan UNIFIT [5; 2]. Kelompok eksperimen terdiri dari 16 subjek (laki-laki), berusia 8 - 9 tahun, yang mengikuti persiapan atletik dalam program "Atletik Anak IAAF". Kelompok kontrol berjumlah 18 subjek (laki-laki) dengan usia yang sama. Periode penelitian berlangsung selama sembilan mesocycles dari tanggal 15 Oktober 2014 sampai dengan 17 Juni 2015. Semua hasil yang diperoleh dalam pengukuran input dan output tersebut saling dibandingkan dan dievaluasi

		<p>menggunakan metode statistik. Pengukuran output pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol mengalami perubahan yang signifikan secara statistik pada $p < 0,05$ di semua tes yang dilakukan. Ukuran efek dikonfirmasi dalam pengujian pada dua efek sedang dan dua efek besar.</p>
2.	(Čillík & Willwéber, 2018)	<p>Sebagai hasil dari program latihan dalam kerangka proyek Atletik Anak IAAF (Asosiasi Internasional Federasi Atletik). Periode pemantauan berlangsung selama 5 bulan, di mana anggota kelompok eksperimen menjalani 37 sesi pelatihan (2 sesi pelatihan selama 60 menit seminggu). Program latihan terdiri dari latihan atletik dan senam persiapan dan permainan kardio. Pelatihan keserbagunaan difokuskan pada pengembangan semua kemampuan kebugaran, kemampuan koordinasi, dan mobilitas artikulasi. Kelompok eksperimen terdiri dari 24 anak (17 laki-laki dan 7 perempuan), berusia $6,62 \pm 0,31$ tahun. Kelompok kontrol terdiri dari 31 anak (22 laki-laki dan 9 perempuan), berusia $6,78 \pm 0,3$ tahun. Hasilnya menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam proyek Atletik Anak IAAF memiliki peningkatan yang lebih besar dalam tingkat koordinasi mereka dibandingkan dengan anak-anak yang tidak terlibat.</p>
3.	(Bensikaddour et al., 2015)	<p>Penelitian eksperimental ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan strategi kerjasama dengan konsep baru Atletik Anak; kontribusi mereka terhadap peningkatan kondisi pengajaran dalam pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah Menengah; dan peningkatan prestasi olahraga siswa SMP dalam lompat jauh (m), tolak peluru (m), lari cepat 50 m (s), dan balap ketahanan 1000 m (s). Dengan demikian, studi ini adalah salah satu praktik terbaik yang mempromosikan tingkat partisipasi yang lebih tinggi di antara semua siswa dalam pendidikan jasmani. Ini dirancang untuk memberi anak-anak kesenangan bermain atletik. Ini membantu mereka untuk memulai berlari, berlari ketahanan, melompat, dan melempar. Dua kelompok perempuan (berusia $11 \pm 0,65$ tahun) berpartisipasi dalam penelitian ini. Siswa dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kontrol ($n=24$). Hasil penelitian menurut variabel penelitian ditandai dengan perbedaan yang signifikan ($*p \leq 0,05$). Akibatnya, penggunaan teknik pembelajaran kooperatif guru dalam pendidikan jasmani akan</p>

		mendorong tingkat partisipasi yang lebih tinggi di antara banyak siswa dalam kegiatan atletik anak-anak.
4.	(Asmawi et al., 2016)	Tujuan penelitian adalah menemukan efektivitas model pendekatan pembelajaran Kid's Athletics dan model konvensional terhadap hasil belajar keterampilan lari cepat. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain penelitian treatment by level 2 x 2. Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Prof. Dr. Moestopo Kota Bandung. Data diperoleh lewat tes lari, sedang analisis data dilakukan dengan teknik statistik analisis varian. Hasil penelitian menyimpulkan hal-hal berikut. (1) Secara keseluruhan, model pembelajaran Kid's Athletics lebih tinggi pengaruhnya daripada model pembelajaran Konvensional terhadap hasil belajar keterampilan lari cepat. (2) Terdapat interaksi antara model pembelajaran dan koordinasi mata tangan kaki terhadap hasil belajar keterampilan lari cepat. (3) Siswa yang memiliki koordinasi mata tangan kaki tinggi, model pembelajaran Kid's Athletics lebih tinggi pengaruhnya dari model pembelajaran konvensional terhadap hasil belajar keterampilan lari cepat. (4) Siswa yang memiliki koordinasi mata tangan kaki rendah, model pembelajaran Kid's Athletics lebih rendah pengaruhnya dari model pembelajaran konvensional terhadap hasil belajar keterampilan lari cepat.
5.	(Lumintuarso, 2019)	Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan. Sampel terdiri dari 16 ekstrakurikuler sekolah dasar di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, dengan teknik purposive sampling. Penelitian ini menghasilkan (1) Model pelatihan Multilateral yang terdiri dari lima unit latihan dalam satu sesi. Model pelatihan ini dapat digunakan pada klub olah raga sekolah dasar khususnya pada usia 9 sampai 12 tahun. (2) Terdapat pengaruh positif yang signifikan tingkat kebugaran dan kemampuan keterampilan dasar olahraga atlet pelajar setelah dilatih dengan latihan multilateral.
6.	(Lumintuarso, 2020)	Penelitian ini memberikan gambaran tentang implementasi dan penerapan strategi pengembangan multilateral dalam pembinaan olahraga pada atlet muda di Indonesia. Penelitian ini dirancang dengan pendekatan penelitian tindakan dan menggunakan intervensi tindakan berupa paket pembelajaran dengan pendekatan multilateral. Subjek penelitian adalah siswa kelas IV yang

		<p>mengikuti program kokurikuler di sekolah yang terdiri dari 20 siswa-atlet dengan jadwal kegiatan program yang telah ditentukan. Analisis data dilakukan dengan mendeskripsikan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara dari berbagai sumber. Pada uraian hasil diuraikan bahwa model pembelajaran multilateral, gambaran skema model pembelajaran multilateral merupakan program pembelajaran olahraga berbasis pengembangan multilateral yang memuat rangkuman dan unsur gerak dasar serta gerak teknik dasar olahraga secara terpadu dalam satu sesi pembelajaran. Model pengembangan mengikuti alur pembelajaran normal seperti: pembukaan, intisari dan penutup. Model Pembelajaran Multilateral merupakan salah satu alternatif strategi pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru pendidikan jasmani di sekolah dasar untuk memberikan solusi yang lebih baik bagi pelaksanaan pendidikan jasmani sebagai landasan pengembangan kehidupan masa depan baik yang berkaitan dengan kesegaran jasmani maupun keterampilan mobilitas olahraga. Oleh karena itu, pada usia dewasa, siswa akan mempunyai kesiapan dalam menjalani kehidupannya, baik dalam kehidupan yang mengarah pada prestasi olahraga maupun dalam kehidupan profesi lainnya.</p>
7.	(Asmawi et al., 2020)	<p>Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengembangan model gerak berbasis turnamen permainan tim pada siswa tingkat sekolah dasar. Tulisan ini menggunakan pendekatan Kuantitatif dengan metode survei untuk mengkaji analisis kebutuhan siswa di sekolah dasar tentang perkembangan gerak fundamental yang disesuaikan dengan karakteristik usia siswa antara 4 hingga 12 tahun. Ini merupakan proyek seminar penelitian pra-eleminar di masa depan dengan topik berdasarkan team games turnamen (TGT). Populasi penelitian ini adalah 30 sekolah dasar di Kelurahan Rengas dengklok sebagai kecamatannya. Sedangkan sampel penelitian ini adalah sekitar 10 orang guru sport science di SD Negeri Kecamatan Rengas dengklok. Untuk penajaman data, peneliti menggunakan teknik insidental dalam memeriksa sampel. Berdasarkan analisis kebutuhan, 70% pendidikan jasmani di sekolah dasar menyatakan perlu mengembangkan model gerak dasar berbasis TGT dan kemampuan mengembangkan gerak dasar untuk memperoleh gerak dasar pada siswa. Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa guru pendidikan jasmani di</p>

		sekolah dasar mengembangkan gerak dasar dasar berdasarkan siswa di sekolah dasar.
8.	(Asmawi et al., 2023)	Penelitian pengembangan ini menggunakan Research dan Pengembangan (R&D) model pengembangan Borg dan Gall. Uji coba kelompok kecil dalam penelitian pengembangan ini adalah dilaksanakan di SDN Kalangsurya III Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang dengan jumlah siswa sebanyak 30 orang dan uji kelompok besar dilaksanakan di SD Kalangsari III dan SD Salman Al-Farisy Rengasdengklok yang berjumlah 20 siswa, yang kemudian dihasilkan model pembelajaran gerak “Fundamental Tournament” yang dinyatakan layak untuk diterapkan pada anak sekolah dasar. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi para guru pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan sekolah dasar dalam memberikan materi pembelajaran gerak dasar berbasis permainan kompetisi yang dapat memberikan siswa rasa semangat, percaya diri, dan kerjasama dalam belajar gerak.

F. Road Map Penelitian

Road map penelitian menurut Mile Stone adalah kegiatan penelitian yang memakan waktu penelitian kurang lebih 5 sampai 20 tahun lamanya. menurut Mile Stones, peta jalan penelitian ini dilakukan secara mono disiplin atau kelompok peneliti secara multidisipliner (antar/inter disiplin) atau Industri R&D. Ada tiga komponen penting yang meliputi ; (1) Aktivitas penelitian yang telah dilakukan, (2) Aktivitas penelitian yang pada periode ini akan dilakukan, (3) Aktivitas penelitian pada periode berikutnya demi mencapai tujuan akhir.

Adapun Road map dalam penelitian ini adalah: Pengembangan Model Latihan Gerak Dasar Berbasis *Kids Athletics* Pada Anak Usia 8-10 Tahun.



Gambar 1. 1 Roadmap Penelitian