

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer dan banyak dimainkan di berbagai negara. Sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing berusaha mencetak gol ke gawang lawan sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku. Selain sebagai olahraga prestasi, sepak bola juga berperan dalam mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, kemampuan kognitif, kemampuan sosial, serta karakter peserta didik. Oleh karena itu, sepak bola sering digunakan sebagai sarana pembinaan olahraga sejak usia dini karena mampu memberikan stimulasi perkembangan yang komprehensif bagi anak (Ford et al., 2020).

Sepak bola merupakan olahraga permainan yang melibatkan aktivitas berlari, melompat, mengubah arah, menendang, dan mengontrol bola sehingga dapat membantu perkembangan keterampilan gerak dasar anak. Karakteristik permainan sepak bola yang menyenangkan dan menantang menjadikan olahraga ini banyak digunakan sebagai media pembelajaran gerak pada anak usia dini dan usia sekolah dasar. Pembinaan sepak bola yang dilakukan sejak usia dini diyakini dapat memberikan fondasi yang kuat bagi perkembangan keterampilan olahraga pada tahap berikutnya (Lloyd et al., 2023).

Perkembangan motorik menjadi salah satu aspek penting dalam pertumbuhan anak usia dini. Kemampuan motorik berkaitan dengan proses pengendalian gerak

tubuh yang melibatkan koordinasi otot, saraf, dan keseimbangan tubuh anak. Usia 3–5 tahun termasuk tahap perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya aktivitas gerak anak dalam kehidupan sehari-hari. Anak mulai aktif berlari, melompat, memanjat, menendang, serta mengeksplorasi lingkungan sekitar melalui berbagai aktivitas fisik. Stimulasi motorik yang diberikan pada masa tersebut berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan gerak pada tahap usia berikutnya. Anak yang memperoleh kesempatan bergerak secara aktif cenderung memiliki koordinasi tubuh dan kontrol gerak yang lebih baik dibandingkan anak yang kurang memperoleh stimulasi fisik. Aktivitas bermain fisik juga membantu perkembangan sosial dan emosional anak karena anak belajar berinteraksi dengan lingkungan melalui gerakan yang dilakukan secara langsung (Purwanti, 2024).

Kemampuan motorik kasar pada anak usia dini berkembang melalui aktivitas yang melibatkan penggunaan otot besar tubuh. Kemampuan tersebut meliputi berjalan, berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menendang. Perkembangan motorik kasar tidak muncul secara otomatis, melainkan membutuhkan stimulasi yang dilakukan secara bertahap sesuai tahap perkembangan anak. Kondisi di lapangan menunjukkan masih terdapat anak usia dini yang mengalami keterlambatan koordinasi gerak akibat kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan secara terarah. Sebagian anak terlihat kurang percaya diri saat melakukan aktivitas gerak sederhana karena terbiasa melakukan aktivitas pasif dalam keseharian. Situasi tersebut menunjukkan pentingnya pemberian stimulasi gerak yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini (Ramdani & Azizah, 2019)

Perkembangan teknologi dan perubahan pola aktivitas anak turut memengaruhi perkembangan motorik anak usia dini. Anak lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan gawai dibandingkan melakukan aktivitas bermain fisik di lingkungan sekitar. Kondisi tersebut menyebabkan kesempatan anak untuk bergerak menjadi semakin berkurang. Anak menjadi lebih pasif dan kurang terlibat dalam aktivitas yang melibatkan koordinasi tubuh secara aktif. Fenomena tersebut mulai terlihat pada beberapa lembaga pendidikan anak usia dini yang menunjukkan rendahnya kemampuan keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi gerak anak selama pembelajaran berlangsung. Aktivitas fisik yang dikemas dalam bentuk permainan menjadi salah satu solusi yang dapat membantu meningkatkan keterlibatan anak dalam kegiatan gerak sehari-hari (Sumiati dkk., 2023).

Salah satu keterampilan motorik kasar yang penting dikenalkan sejak usia dini yaitu kemampuan menendang bola. Gerakan menendang termasuk keterampilan manipulatif yang melibatkan koordinasi mata dan kaki, keseimbangan tubuh, kekuatan otot tungkai, serta kemampuan mengontrol arah gerak. Aktivitas menendang bola membantu anak mengembangkan kemampuan koordinasi tubuh melalui pengalaman gerak secara langsung. Kegiatan bermain menggunakan bola juga mampu meningkatkan minat anak terhadap aktivitas fisik karena dilakukan melalui media yang menarik dan menyenangkan. Pengalaman tersebut menjadi dasar penting dalam pengembangan keterampilan olahraga pada tahap perkembangan berikutnya.

Kemampuan menendang bola pada anak usia dini masih sering mengalami hambatan selama proses pembelajaran. Sebagian anak belum mampu menjaga

keseimbangan tubuh saat melakukan tendangan. Anak juga sering mengalami kesulitan mengarahkan bola menuju sasaran yang ditentukan. Kondisi tersebut terlihat ketika anak diminta melakukan gerakan menendang secara bergantian dalam kegiatan pembelajaran motorik. Anak mudah kehilangan fokus dan cepat merasa bosan apabila aktivitas dilakukan secara berulang tanpa variasi permainan yang menarik. Situasi tersebut menyebabkan pembelajaran keterampilan menendang bola menjadi kurang optimal. Pelaksanaan latihan menendang bola pada anak *toddler* tidak dapat disamakan dengan latihan untuk anak usia sekolah maupun orang dewasa. Anak usia 3–5 tahun memiliki karakteristik perkembangan yang berbeda. Anak lebih tertarik pada aktivitas bermain yang melibatkan gerakan bebas, warna, tantangan sederhana, dan suasana belajar yang menyenangkan. Pembelajaran yang terlalu formal membuat anak sulit menikmati proses belajar gerak. Sebagian guru maupun pelatih masih menggunakan metode instruksi langsung tanpa menyesuaikan karakteristik perkembangan anak usia dini. Kondisi tersebut menyebabkan anak kurang aktif selama pembelajaran berlangsung (Parker & Thomsen, 2019).

Pendekatan *play based learning* menjadi salah satu metode pembelajaran yang sesuai diterapkan pada anak usia dini. Pendekatan ini menggunakan aktivitas bermain sebagai inti proses berlatih anak. Anak memperoleh kesempatan untuk bergerak, mencoba, dan memahami aktivitas melalui pengalaman langsung selama bermain. Proses pembelajaran terasa lebih alami karena anak belajar tanpa tekanan terhadap hasil gerakan yang sempurna. Aktivitas bermain memberikan suasana

yang lebih nyaman sehingga anak lebih mudah terlibat aktif selama pembelajaran berlangsung (Ardhana dkk., 2022).

Penerapan *play based learning* dalam latihan menendang bola dapat dilakukan melalui berbagai bentuk permainan sederhana yang sesuai dengan usia anak. Anak dapat diajak menendang bola menuju target warna, memasukkan bola ke gawang kecil, atau melakukan rintangan sederhana menggunakan bola. Aktivitas tersebut membantu anak memahami gerakan menendang secara bertahap melalui pengalaman bermain yang menyenangkan. Variasi permainan membuat suasana pembelajaran menjadi lebih hidup sehingga anak tidak mudah merasa bosan selama kegiatan berlangsung. Anak juga menjadi lebih berani mencoba gerakan baru karena fokus kegiatan berada pada permainan yang dilakukan bersama teman sebaya. Pembelajaran berbasis bermain mampu meningkatkan motivasi anak dalam mengikuti aktivitas fisik. Anak usia dini cenderung lebih tertarik pada kegiatan yang melibatkan permainan kelompok dan interaksi sosial. Aktivitas bermain membantu anak mempertahankan fokus lebih lama dibandingkan pembelajaran yang dilakukan secara formal. Kondisi tersebut membuat proses pembelajaran menjadi lebih efektif karena anak terlibat aktif dalam setiap aktivitas yang diberikan oleh guru maupun pelatih. Pengalaman belajar yang menyenangkan juga membantu anak membangun rasa percaya diri dalam melakukan berbagai bentuk gerakan motorik kasar (Ratno Abidin, 2023)

Model latihan menendang bola berbasis *play based learning* tidak hanya membantu perkembangan motorik kasar anak, tetapi juga mendukung perkembangan sosial dan emosional. Aktivitas permainan kelompok membantu

anak belajar menunggu giliran, mengikuti aturan sederhana, bekerja sama, dan berinteraksi dengan teman sebaya. Anak memperoleh pengalaman sosial melalui aktivitas bermain bersama. Situasi pembelajaran yang menyenangkan membantu anak menjadi lebih nyaman dalam mengikuti kegiatan fisik. Anak juga lebih percaya diri ketika berhasil melakukan gerakan menendang bola dalam suasana pembelajaran yang tidak menekan.

Fenomena di lapangan menunjukkan masih terdapat pembelajaran motorik anak usia dini yang dilakukan secara monoton. Anak sering diminta melakukan pengulangan gerakan tanpa adanya variasi permainan yang menarik. Pelatih lebih banyak menggunakan metode instruksi dibandingkan aktivitas eksplorasi gerak melalui permainan. Situasi tersebut menyebabkan anak cepat kehilangan fokus dan kurang menikmati proses pembelajaran. Sebagian anak memilih diam atau bermain sendiri ketika kegiatan berlangsung terlalu lama. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya model pembelajaran yang lebih kreatif dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini (Purwanti, 2024)

Aspek keselamatan (*safety*) menjadi bagian penting dalam pelaksanaan aktivitas fisik untuk anak *toddler*. Anak usia dini masih memiliki kemampuan koordinasi tubuh yang belum stabil sehingga lebih rentan mengalami benturan atau jatuh saat bergerak. Penggunaan media pembelajaran yang tidak sesuai usia dapat meningkatkan risiko cedera selama kegiatan berlangsung. Guru maupun pelatih perlu memperhatikan keamanan area bermain, jenis alat yang digunakan, serta pengawasan selama aktivitas berlangsung. Model latihan berbasis bermain perlu disusun menggunakan aktivitas sederhana yang aman dan sesuai dengan

kemampuan perkembangan anak usia dini. Keamanan dalam pembelajaran olahraga tidak hanya berkaitan dengan kondisi fisik anak, tetapi juga kondisi psikologis selama kegiatan berlangsung. Anak usia dini membutuhkan suasana belajar yang nyaman dan tidak menimbulkan rasa takut. Instruksi yang terlalu keras atau aktivitas yang terlalu sulit dapat membuat anak kehilangan rasa percaya diri dan menjadi pasif selama pembelajaran berlangsung. Pendekatan bermain membantu menciptakan suasana belajar yang lebih santai sehingga anak merasa aman saat mencoba berbagai gerakan baru. Situasi tersebut membuat anak lebih nyaman mengeksplorasi kemampuan gerakannya selama pembelajaran berlangsung.

Ketersediaan model latihan menendang bola berbasis *play based learning* untuk anak *toddler* usia 3–5 tahun masih terbatas. Sebagian besar model latihan sepak bola dan futsal lebih banyak ditujukan bagi anak usia sekolah dasar. Kondisi tersebut menyebabkan guru maupun pelatih mengalami kesulitan dalam menentukan bentuk latihan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak *toddler*. Setiap tahap usia memiliki kebutuhan perkembangan fisik dan psikologis yang berbeda sehingga model pembelajaran yang digunakan juga perlu disesuaikan. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian mengenai model latihan menendang bola berbasis *play based learning* untuk anak usia 3–5 tahun perlu dilakukan guna menghasilkan model pembelajaran yang aman, menarik, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak usia dini.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai model latihan menendang bola berbasis *play based learning* untuk anak *toddler* usia 3–5 tahun perlu dilakukan. Penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan model latihan yang

sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Model latihan yang dikembangkan diharapkan dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik dasar anak, khususnya keterampilan menendang bola, melalui suasana pembelajaran yang aman dan menyenangkan. Hasil penelitian juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru, pelatih, maupun lembaga pendidikan anak usia dini dalam menyusun pembelajaran aktivitas fisik yang lebih kreatif dan efektif.

B. Fokus Penelitian

Untuk menjaga agar penelitian tidak melebar terlalu luas, berdasarkan masalah latar belakang diatas, peneliti hanya memfokuskan pada Model Latihan Menendang Bola Berbasis *Play Based Learning* Untuk Anak Usia 3-5 Tahun.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka fokus penelitian ini adalah : Model Latihan Menendang Bola Berbasis *Play Based Learning* Untuk Anak Usia 3-5 Tahun.

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat teoritis bagi pengembangan Model Latihan Menendang Bola Berbasis *Play Based Learning* Untuk Anak Usia 3-5 Tahun bagi peneliti, pelatih, lembaga, dan peserta maupun pembaca pada umumnya yang meliputi :

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dijadikan referensi bagi mahasiswa, guru, pembaca dan yang akan menjadi relawan atau pelatih dengan memperhatikan model yang lebih efektif dan inovatif.

- b. Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran, informasi dan pengetahuan bagi para pelatih dengan Model Latihan Menendang Bola Berbasis *Play Based Learning* Untuk Anak Usia 3-5 Tahun
- c. Penelitian ini menjadi inspirasi untuk mengembangkan lebih lanjut inovasi Model Latihan Menendang Bola Berbasis *Play Based Learning* Untuk Anak Usia 3-5 Tahun
- d. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai kontribusi terhadap pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam pengembangan Model Latihan Menendang Bola Berbasis *Play Based Learning* Untuk Anak Usia 3-5 Tahun.

