

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Masa emas atau “*golden age*” sering disebut kepada anak usia dini merupakan masa penting sebab tumbuh dan kembang anak tahap ini akan mempengaruhi tumbuh dan kembang anak pada tahapan selanjutnya.

Tumbuh dan kembang anak sejalan dengan yang diuraikan dalam Permendikbud Nomor 137 tahun 2014 pasal 1 yaitu mengenai STPPA atau Standar/ukuran Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak atau bahwa untuk anak usia dini, kriteria kemampuan yang dicapai anak pada perkembangan dan pertumbuhan mencakup aspek nilai agama dan moral, kognitif, bahasa, sosial emosional serta yang tidak kalah penting fisik motorik.

Karakteristik pertumbuhan aspek fisik motorik pada anak usia dini usia 4-12 tahun identik dengan keaktifan anak untuk bergerak bebas berlari dan melompat, dengan demikian seorang anak dapat dikatakan mengalami pertumbuhan yang baik apabila memiliki mobilitas gerakan yang terarah. Mobilitas gerak anak terarah atau tidak terarah dipengaruhi oleh faktor kemampuan mereka dalam menyeimbangkan tubuh sebab keseimbangan merupakan kemampuan tubuh untuk mempertahankan kestabilan postur oleh aktivitas motorik yang dipengaruhi pusat massa tubuh terhadap gravitasi oleh sistem sensoris, *muskuloskeletal* dan efek luar.

Seorang anak dengan mobilitas gerak yang tidak terarah akan mengakibatkan anak mengalami kesulitan dalam bergerak. Permasalahan perkembangan motorik demikian disebabkan oleh ketidakmampuan untuk mengatur keseimbangan yang dapat mengakibatkan terganggunya aktivitas fungsional sehari-hari yang membuat anak lebih mudah terjatuh dan cedera, sulit menstabilkan tubuh saat bagian tubuh lain bergerak, sulit mempertahankan postur tubuh saat duduk, berdiri, berjalan dan berlari, dan kesulitan melakukan beragam gerakan lainnya.

Dengan demikian dapat disintesis bahwa keseimbangan sangat penting untuk ditingkatkan terhadap tumbuh dan kembang anak usia dini tanpa terkecuali atlet senam ritmik anak usia dini. Senam ritmik sebagai cabang senam meliputi gerakan melompat, mengguling, berputar dan sebagainya yang tentunya membutuhkan tingkat keseimbangan lebih bagi para atlet cabang senam ritmik.

Untuk dapat membentuk keseimbangan khususnya bagi para atlet diperlukan latihan keseimbangan secara sistematis dan konsisten. Latihan keseimbangan sebagai usaha yang dilakukan guna mengoptimalkan kemampuan mengontrol pusat massa tubuh atau pusat gravitasi pada bidang tumpuan.

Fakta lapangan yang peneliti dapatkan menunjukkan bahwa banyak dijumpai atlet senam ritmik anak usia dini di Persani Kota Medan Club Star Violet yang mengalami gangguan keseimbangan tubuh, terutama saat melakukan senam. Seperti adanya anak sering terjatuh atau badan goyang saat harus mengangkat satu kaki bahkan berdiri tegak dalam waktu yang ditentukan. Hal tersebut dikarenakan kurang sistematisnya variasi latihan keseimbangan yang

diterapkan bagi para atlet sehingga anak merasa bosan, dan tingkatan latihan keseimbangan tidak terarah. Ditambah lagi kurangnya optimalisasi alat bantu latihan keseimbangan yang dapat mempermudah para atlet dalam mencapai tujuan keseimbangan.

Fenomena demikian tentulah menjadi permasalahan krusial yang harus dapat dipecahkan, mengingat bahwa atlet anak usia dini merupakan aset berharga dan bibit unggul bagi perkembangan dunia senam. Oleh karena itu diperlukan suatu metode yang tepat untuk mengatasi masalah keseimbangan.

Tongkat keseimbangan sebagai solusi alat bantu yang dapat mengatasi permasalahan keseimbangan bagi atlet senam ritmik anak usia dini. Melalui latihan tongkat keseimbangan anak dapat menopang beban tubuhnya pada titik tumpu secara seimbang.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis memutuskan melangsungkan penelitian dan tertarik untuk menawarkan alternatif pemecahan masalah tersebut melalui “Variasi Latihan Keseimbangan Dengan Alat Bantu Tongkat Keseimbangan Untuk Anak Usia Dini”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diketahui permasalahan yang ada. Permasalahan tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Atlet senam ritmik anak usia dini di Persani Kota Medan Club Star Violet mengalami gangguan keseimbangan tubuh

2. Kurang sistematisnya variasi latihan keseimbangan
3. Minimnya alat bantu latihan keseimbangan digunakan oleh atlet senam ritmik anak usia dini di Persani Kota Medan Club Star Violet.
4. Diperlukannya latihan yang efektif dan efisien dalam membentuk keseimbangan yang baik dengan menggunakan tongkat keseimbangan.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, penelitian ini dibatasi pada pengembangan alat tongkat keseimbangan untuk melatih keseimbangan atlet senam ritmik anak usia dini di Persani Kota Medan Club Star Violet.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang diuraikan di atas, maka adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana mengembangkan alat tongkat keseimbangan untuk latihan keseimbangan atlet senam ritmik usia dini?

1.5. Tujuan Pengembangan

Tujuan pengembangan ini untuk menghasilkan produk alat tongkat keseimbangan untuk melatih keseimbangan atlet senam ritmik usia dini.

1.6. Kegunaan Hasil Penelitian

Pengembangan alat tongkat keseimbangan untuk latihan keseimbangan akan bermanfaat sebagai berikut:

1. Memberikan pengetahuan bagaimana pentingnya alat tongkat keseimbangan untuk latihan keseimbangan yang berkualitas.
2. Memberikan variasi latihan keseimbangan bagi atlet senam ritmik usia dini.
3. Pengembangan alat tongkat keseimbangan untuk Anak Usia Dini sebagai alat bantu latihan dapat memudahkan para pelaku olahraga.
4. Memudahkan pelatih olahraga memberikan materi latihan keseimbangan bagi para atlet.

1.7. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Asumsi/hipotesis yang peneliti gunakan dalam penelitian jenis pengembangan produk berupa alat tongkat keseimbangan yang digunakan sebagai media latihan keseimbangan adalah sebagai berikut:

1. Pengembangan produk media tongkat keseimbangan dapat dijadikan sebagai alat bantu latihan keseimbangan yang lebih bervariasi.
2. Dengan latihan menggunakan tongkat keseimbangan diharapkan meningkatkan keseimbangan atlet senam ritmik usia dini.

Character Building
UNIVERSITY