

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Anak usia dini merupakan masa emas dalam sepanjang perkembangan hidup manusia, pada masa inilah terjadi perkembangan dan pertumbuhan baik secara fisik maupun psikis. Menurut (Ariyanti, 2016) “Pada masa peka ini terdapat proses tumbuh kembang antara motorik kasar dan halus, daya pikir, daya cipta, Bahasa dan komunikasi”. Perkembangan fisik menjadi salah satu komponen penting dalam perkembangan anak usia dini, sehingga *motor educability* pada anak sangat penting untuk diasah. Menurut (Sri Tatminingsih, 2016) “Pendidikan anak usia dini adalah pelayanan pada anak mulai dari lahir sampai usia delapan tahun”. Berdasarkan pernyataan tersebut maka anak usia dini dengan rentang usia 6-8 tahun menjadi usia yang paling tepat dalam melakukan pelayanan perkembangan *motor educability*. Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 angka 14, “Pendidikan anak usia dini merupakan upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia enam tahun dengan diberikan rangsangan Pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan Rohani”. Selain dalam pendidikan formal, pelayanan anak usia dini juga dapat dilakukan melalui pendidikan non-formal, yang bertujuan untuk mengganti atau melengkapi pendidikan formal.

Peran orang tua sangat mendukung dalam memberikan pelayanan anak usia dini baik secara formal maupun non-formal, salah satu cara orang tua dalam melaksanakan pelayanan non-formal yaitu dengan mengikutsertakan anaknya dalam bidang olahraga, salah satu cabang olahraga yang menjadi pilihan para orang tua adalah taekwondo. Menurut (Damayanti et al., 2018) “Saat ini taekwondo menjadi salah satu cabang olahraga yang diminati bagi seluruh kalangan di dunia”. Hal ini dapat dilihat anak usia dini menjadi salah satu kalangan yang memiliki minat tinggi dalam cabang olahraga ini, banyak orang tua yang mengikutsertakan anaknya dalam beladiri ini. Menurut (Rosman dalam Annisa, 2019) “Taekwondo menjadi salah satu upaya tumbuh kembang anak. Beladiri ini membantu perkembangan motorik kasar anak agar semakin berkembang sesuai dengan tahap perkembangan fisik anak”. Mengikutsertakan anak dalam cabang olahraga taekwondo memang

bisa menjadi pilihan yang tepat bagi orang tua yang ingin mengembangkan kemampuan motorik anak. Taekwondo tidak hanya melatih fisik, tetapi juga menjadi sarana yang baik bagi anak untuk belajar bagaimana menjaga diri dan menghadapi tantangan dengan percaya diri. Aspek bela diri dalam taekwondo juga memberikan rasa aman dan keterampilan untuk membela diri jika diperlukan. Hal ini didukung oleh pendapat (Persada et al., 2023) “Selain untuk meraih prestasi, beladiri taekwondo dapat memberikan rasa aman bagi seseorang yang menguasainya, karena dapat digunakan jika dalam keadaan yang berbahaya”.

Program latihan taekwondo untuk anak-anak usia dini biasanya dirancang khusus sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Pada usia ini, anak-anak masih dalam tahap perkembangan motorik dasar, sehingga latihan yang diberikan akan fokus pada keterampilan dasar seperti keseimbangan, koordinasi, fleksibilitas, dan kekuatan dasar. Menurut (Mustafa & Sugiharto, 2020) “Disesuaikan dengan program pelatihan pada rentang usia 6-9 tahun yang berada pada tahap *fundamental*, dimana pembinaan latihan harus menyenangkan dan juga positif untuk menunjang keberhasilan peraih prestasi yang akan datang”. Maka latihan sering kali diubah menjadi permainan atau aktivitas yang menyenangkan, sehingga anak-anak bisa belajar sambil bermain tanpa merasa terbebani. Selain itu, Menurut (Nurjaya, 2009) “Instruksi-instruksi yang benar dari pelatih merupakan hal yang amat penting pada tahap ini, karena jika intruksi awal yang diberikan sudah keliru maka sangat sulit dan memakan waktu untuk meluruskannya kembali”. Sehingga, pemberian program yang akan dilaksanakan harus disesuaikan dengan pemahaman yang dapat diterima oleh setiap anak usia dini.

Taekwondo merupakan seni bela diri yang menggunakan tangan dan kaki sebagai senjata beladiri dalam menaklukkan lawannya. Menurut (Permana, 2014) “Bela diri taekwondo adalah bela diri dengan teknik dan gerakan yang didominasi oleh gerakan kaki”, hal ini membuat anak usia dini sering kali mengalami kesulitan bahkan merasa tidak mampu dalam melakukan teknik tendangan yang membutuhkan kemampuan fisik yang tinggi. Pada saat ini taekwondoin anak usia dini sudah mengetahui gerakan dasar tendangan pada cabang olahraga ini, tetapi masih merasa kesulitan dan belum tepat dalam melakukan teknik tendangan yang benar. Salah satu alasan ketidaktepatan teknik adalah kurangnya *motor educability*

atau kemampuan motorik yang rendah. Menurut (Baharom et al., 2014) “Perkembangan motorik merupakan hal yang penting dalam tumbuh kembang anak karena hal ini dapat berpengaruh bagi kegiatan motorik pada tingkatan usia yang lebih tinggi”. Dengan kurangnya kemampuan fisik ini akan menghambat dalam melakukan ketepatan penyempurnaan teknik. Teknik yang tidak tepat dapat meningkatkan resiko bagi anak usia dini mengalami cedera dan dapat menghambat proses pembelajaran serta pengembangan prestasi yang akan diraih dikemudian hari.

Peneliti mendapatkan fakta, bahwa para taekwondoin anak usia dini masih memiliki program latihan fisik maupun latihan teknik yang sama dengan para atlet yang lebih senior. Menurut (Irfandi et al., 2015) “Pelatih diharapkan mampu memberikan tahap-tahap latihan, dari yang mudah ke yang sukar, dari beban yang ringan ke yang berat, dari teknik yang rendah, menengah, lalu ke teknik yang lebih tinggi, agar peserta mampu beradaptasi secara perlahan-lahan”. Seperti pada saat latihan fisik ataupun teknik, para pemula akan diberikan materi yang sesuai dengan umur, kebutuhan dan kemampuan. Begitu pula dengan materi yang akan diberikan kepada atlet dengan tingkatan yang lebih tinggi, perlu disesuaikan dengan umur, kebutuhan dan kemampuan atlet. Selain itu menurut (Mustafa & Sugiharto, 2020) “Perkembangan motorik anak usia dini yang terdiri dari berlari, melompat, mencongklang, menendang, melempar, dan menangkap hendaknya diperlukan sebelum anak-anak berusia delapan atau 10 tahun”.

Dengan demikian, latihan *ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo yang mana latihan didominasi oleh gerakan kaki akan lebih efektif bagi anak usia dini dalam cabang olahraga taekwondo, karena latihan *ladder drill* yang memiliki banyak variasi dapat disesuaikan dengan kemampuan setiap anak. Pemberian latihan *ladder drill* dapat divariasikan dengan beberapa komponen fisik yang dibutuhkan, menurut (Abdulloh & Jatmiko, 2021) “Kebutuhan kondisi fisik dalam taekwondo meliputi kekuatan, kelentukan, kecepatan, daya ledak, daya tahan, dan kelincahan”. Maka dalam penelitian ini pemberian program akan disesuaikan dengan kebutuhan fisik setiap anak, latihan ini juga akan disesuaikan berdasarkan teknik cabang olahraga taekwondo, gerakan tidak hanya berlari dan melompat tetapi juga terdapat teknik menendang cabang olahraga ini.

Pada penelitian terdahulu dengan judul “Pengaruh Latihan *Ladder Drill 2 Feet In Each* terhadap Peningkatan Kelincahan pada *Academy Futsal Meta Surabaya U-18*” yang dilakukan oleh (Daniel & Widodo, 2021) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dan peningkatan dari hasil latihan *ladder drill*. Peneliti menyatakan “Pemberian latihan *ladder drill* tidak hanya dapat meningkatkan kelincahan saja, tetapi juga dapat melatih gerak motorik kasar, dan juga meningkatkan kebugaran jasmani anak”. Maka hal ini sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, Peneliti terdahulu juga memberikan saran yang berisi, diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian yang serupa dengan desain penelitian yang berbeda.

Pada saat ini, belum ada kebaruan penelitian mengenai latihan *ladder drill* terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini. Dari permasalahan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai latihan *Ladder drill* yang akan diberikan kepada sampel dengan penyesuaian tahap perkembangan anak usia dini, variasi latihan ini juga berisi latihan yang terintegrasi cabang olahraga taekwondo, dengan memberikan gerakan yang variatif tidak hanya melompat dan berlari tetapi juga terdapat gerakan tendangan yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak usia dini.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah diatas, rumusan masalah yang dibahas dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan *ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan taekwondo tanpa *ladder drill* terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*?
3. Apakah terdapat perbedaan antara latihan *Ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo dan latihan taekwondo tanpa *ladder drill* terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*?

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan *ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan taekwondo tanpa *ladder drill* terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*?
3. Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara latihan *Ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo dan latihan taekwondo tanpa *ladder drill* terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*?

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Secara Teoritis

Untuk memperoleh pemahaman latihan *ladder drill* yang terintegrasi cabang olahraga taekwondo terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental* yang digunakan sebagai bahan rujukan penelitian, penelitian ini dapat dimodifikasi karena media *ladder drill* yang memiliki berbagai macam gerakan.

1.4.2 Secara Praktis

Diharapkan memberikan pengetahuan bagi pelatih tentang jenis dan manfaat dari latihan *ladder drill* terhadap peningkatan *motor educability*. Dan memberikan pemahaman bagi anak usia dini mengenai latihan *ladder drill* dapat meningkatkan kemampuan *motor educability* dalam cabang olahraga taekwondo.

1.5. Struktur Organisasi Penelitian

Struktur Organisasi merupakan penjelasan secara keseluruhan yang berkaitan dengan penelitian ini. Adapun struktur organisasi dalam penelitian ini diantaranya:

1. BAB I Pendahuluan, berisikan latar belakang, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian

2. BAB II Tinjauan Pustaka, berisikan susunan kajian yang membahas topik permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian, mengenai latihan *ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo terhadap *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*
3. BAB III Metode Penelitian, yang berisikan metode penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.
4. BAB IV Temuan dan Pembahasan, berisikan pemaparan temuan, hasil, dan pembahasan pada penelitian ini. Peneliti memaparkan data yang telah diolah dan dianalisis, untuk mendapatkan hipotesis akhir penelitian.
5. BAB V merupakan bab terakhir pada penelitian ini, berisikan kesimpulan, keterbatasan penelitian, serta implikasi dan saran. Penulis juga memberikan rekomendasi untuk peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan latihan *ladder drill* dan *motor educability*.