

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Olahraga adalah salah satu aktivitas untuk melatih fisik dan psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan tubuh manusia. Menurut Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia (PUEBI), olahraga adalah merupakan kata kerja yang diartikan sebagai gerak badan agar sehat. Olahraga dapat membantu anak-anak untuk memiliki kondisi tubuh yang bugar dan akan membantu untuk mendapatkan kualitas tidur yang lebih baik. Anak-anak yang memiliki kondisi bugar memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi rintangan fisik dan emosi. Selain itu dapat membantu anak untuk memiliki tubuh yang bugar sehingga memiliki peluang untuk anak dalam melakukan berbagai kegiatan non-fisik dan fisik.

Pengenalan keselamatan dalam berolahraga dapat dilakukan sedari anak berumur 6-8 tahun. Pada umumnya anak usia 6-8 tahun sudah memasuki usia jenjang pendidikan sekolah dasar kelas awal. Masa anak sekolah dinamakan dengan masa intelektual, dimana pada masa ini anak-anak akan merasa siap untuk mendapatkan pendidikan di sekolah dasar, dan perkembangannya akan berpusat pada aspek intelek. Anak-anak pada masa sekolah dasar akan merasa siap untuk menerima tuntutan yang dapat timbul dari orang lain dan dapat melaksanakan/menyelesaikan tuntutan itu.

Pada usia 6-8 tahun secara mental anak-anak selalu ingin belajar, menanyakan berbagai pertanyaan, dan mulai memiliki berbagai variasi dalam membaca buku bacaan. Secara fisik anak-anak pada usia 6-8 tahun akan mulai merasa senang melakukan olahraga baik secara individual dan dalam tim karena pada usia tersebut kekuatannya dan perkembangan otot besar dan kecil bertambah. Secara sosial anak-anak akan mulai mengutamakan teman-teman sebaya atau sekelompoknya dan pengaruh dari kelompoknya sangat kuat serta mulai peka dalam memilih pertemanan. Selain itu mulai tumbuh kesadaran untuk bersaing dengan teman mulai berkembang dan mengalami rangkaian emosi seperti takut, iri, marah, dan lain-lain.

Pada masa-masa sekolah dasar anak akan mempunyai energi yang berlebih sehingga dapat disalurkan melalui kegiatan bergerak, keinginan untuk mengetahui hal-hal baru yang berada di lingkungannya. Di sekolah siswa akan diajarkan tentang budaya selamat, pengenalan budaya keselamatan dilakukan mulai dari hal kecil seperti dengan diberikan petunjuk mengenai keselamatan berjalan, menyebrang, bersepeda, berolahraga, berkendara dan dalam kondisi darurat bencana seperti kebakaran, gempa dan lain-lain. (Hutasoit dan Widowati, 2017:67).

Sukamin (2005) mengatakan bahwa cara terbaik untuk menghadapi cedera yang dialami saat berolahraga adalah dengan mencegahnya, hal ini adalah salah satu cara yang tepat karena mencegah adalah suatu usaha yang paling menentukan dalam menciptakan keadaan aman dan lancar dalam suatu aktivitas, termasuk olahraga. (Dharmadi, et al, 2015:625). Menurut survey yang telah dilakukan masih terdapat orangtua yang belum mengetahui seberapa pentingnya panduan olahraga untuk anak. Padahal peran orangtua adalah untuk mengajarkan kepada anak tentang aturan-aturan dasar dalam melakukan olahraga contohnya melakukan pemanasan dengan benar agar otot-otot dalam tubuh akan menjadi lemas sehingga risiko terkena kram atau cedera bisa dihindari saat sang anak berolahraga sendiri atau tanpa sepengetahuan orangtua dirumah maupun guru disekolah. Setelah melakukan observasi ke beberapa toko buku yang ada didaerah kota Bandung untuk melihat ada berapa banyak buku panduan olahraga yang aman dan tepat untuk anak. Hasil yang didapatkan adalah buku dengan tema tersebut berjumlah sangat sedikit kurang lebih dari 10 buah buku, selebihnya hanya pembahasan tentang olahraga secara sekilas dengan porsi yang sangat sedikit sehingga tidak terlalu akurat.

Guru disekolah dan para orangtua membutuhkan buku panduan dalam membantu mengajarkan kepada anak tentang keselamatan dalam berolahraga, maka dari itu penulis tertarik untuk merancang sebuah media informasi berupa buku ilustrasi mengenai bagaimana olahraga yang aman dan benar untuk anak.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, masalah yang dapat didefinisikan sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan orangtua tentang panduan keselamatan dalam berolahraga.
2. Kurangnya media penyampaian informasi tentang keselamatan dalam berolahraga dengan aman dan tepat.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Bagaimana menyampaikan informasi tentang panduan berolahraga yang aman dan tepat kepada anak, orangtua, dan guru melalui buku ilustrasi yang mudah untuk dimengerti?

## **1.4 Ruang Lingkup**

### **1. Apa**

Merancang media informasi berupa buku ilustrasi panduan olahraga yang aman dan tepat.

### **2. Siapa**

Target penelitian ini adalah anak-anak umur 6-8, orangtua dan guru umur 20-40 tahun,

### **3. Kapan**

Perancangan Penelitian ini dilakukan dalam periode waktu bulan Januari – Agustus 2019.

### **4. Dimana**

Perancangan dan pengumpulan data akan dilakukan di Bandung.

## **1.5 Tujuan Perancangan**

Memberikan panduan kepada anak-anak, guru, dan orangtua bagaimana cara berolahraga dengan aman dan tepat.

## **1.6 Metode Pengumpulan Data dan Analisis**

### **1.6.1 Metode Pengumpulan Data**

#### **a. Studi Pustaka**

Teori-teori yang akan digunakan untuk menganalisis, bersumber dari penelitian yang telah dilakukan oleh para ahli. Teori-teori kemudian ditulis berdasarkan suatu cara pandang atau pemahaman tertentu yang terkadang berbeda dengan sudut pandang ahli yang lain (Soewardikoen. 2013:16).

#### **b. Observasi**

Observasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan mendatangi langsung lapangan. Data observasi berupa gambaran tentang sikap, perilaku, kelakuan, tindakan keseleuruhan interaksi antar manusia. (Raco. 2010:112)

#### **c. Wawancara**

Wawancara adalah instrument penelitian. Kekuatan wawancara adalah penggalian pemikiran, konsep dan pengalaman pribadi pendirian atau pandangan dari individu yang diwawancarai. Mecooba mendapatkan keterangan atau pendirian secara lisan dari narasumber, dengan bercakap-cakap dan berhadapan muka (Soewardikoen, 2013:30).

d. Kuesioner

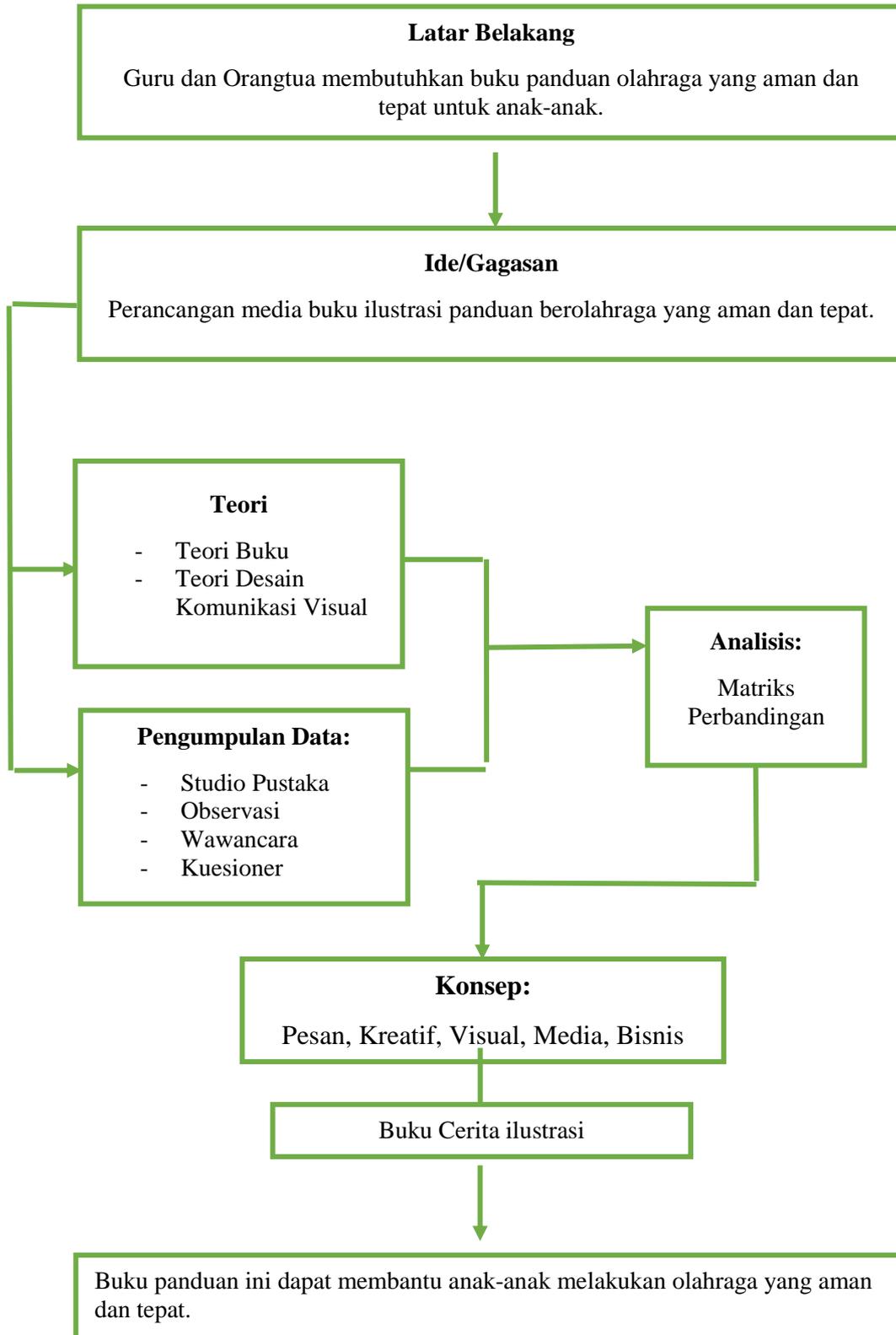
Kuesioner adalah cara untuk memperoleh data dalam waktu singkat karena mampu mengumpulkan banyak orang sekaligus. Pertanyaan telah disiapkan terlebih dahulu, dan diarahkan ke suatu jawaban untuk dihitung (Soewardikoen, 2013:35).

### **1.6.2 Metode Analisis Data**

a. Analisis Matriks

Sebuah matriks terdiri dari kolom dan baris yang memiliki dua dimensi yang berbeda, berupa konsep atau kumpulan-kumpulan informasi. Prinsipnya analisis matriks adalah membandingkan dengan cara mensejajarkan atau *juxtaposition* (Soewardikoen, 2013:60).

## 1.7 Kerangka Perancangan



**Gambar 1.1 Kerangka Perancangan**

(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

## **1.8 Pembabakan**

Sistematika pembabakan laporan ini terdiri atas lima bab dengan penjelasan sebagai berikut:

a. **BAB I PENDAHULUAN**

Pada Bab ini akan menjelaskan mengenai latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, ruang lingkup, tujuan perancangan, cara pengumpulan data dan analisis, kerangka penelitian dan pembabakan dari laporan penelitian ini.

b. **BAB II DASAR PEMIKIRAN**

Pada Bab ini akan menjelaskan mengenai uraian studi pustaka, dan menjelaskan dasar pemikiran dari teori-teori yang relevan untuk digunakan sebagai pijakan untuk membuat laporan penelitian yang berjudul “Buku Ilustrasi Panduan Olahraga Yang Aman Dan Tepat Untuk Anak”.

c. **BAB III DATA DAN ANALISIS MASALAH**

Pada Bab ini akan menguraikan hasil pencarian data secara terstruktur dan siap diuraikan, seperti data aspek imaji, data wawancara, data kuesioner dan analisis visual, analisis kuesioner, analisis matriks, serta penarikan kesimpulan.

d. **BAB IV KONSEP DAN HASIL PERANCANGAN**

Bab ini berisikan konsep yang akan digunakan dalam tahap perancangan, mulai dari konsep buku manfaat olahraga, konsep buku ilustrasi. Dalam bab ini juga terdapat hasil perancangan berupa sketsa-sketsa dari awal hingga akhir penerapan visual pada buku.

e. **BAB IV PENUTUP**

Pada Bab ini akan menguraikan sebuah kesimpulan akhir mengenai hasil dari laporan yang telah dilakukan, serta ditampilkan pula saran-saran yang berkaitan dengan penulisan laporan penelitian.