

PENGEMBANGAN FUN GAME FOOTBALL FOR OBESITY

Oleh: Nawan Primasoni, Siswantoyo, Danang Wicaksono

ABSTRAK

PENGEMBANGAN FUN GAME FOOTBALL FOR OBESITY

Oleh

Nawan Primasoni, Siswantoyo, Danang Wicaksono

ABSTRAK

Latar belakang: Sepak bola merupakan salah satu olahraga untuk upaya menggapai kesehatan yang baik, maka harus dimulai dari program kesehatan menuju tercapainya hasil optimal dalam kesehatan khususnya menghindari masalah kesehatan yang berupa obesitas.

Salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh anak usia dini hingga dewasa adalah obesitas. Obesitas adalah akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang dapat mengganggu kesehatan

Tujuan Penelitian: tujuan penelitian ini adalah 1) untuk mengetahui instrument pengembangan football fun untuk penderita obesitas, dan 2) dapat menjadi alternatif model pembelajaran bagi para dosen, mahasiswa dalam pembelajaran matakuliah kesehatan olahraga.

Target Penelitian: terciptanya model latihan football fun game for obesity ini menjadi salah satu bentuk pembelajaran agar mahasiswa, dosen, dan seluruh masyarakat luas. Hasil penelitian dapat diwujudkan dalam bentuk referensi dan dapat dipublikasikan dalam artikel ilmiah yang diterbitkan dalam jurnal ilmiah nasional maupun internasional atau dipresentasikan pada forum seminar nasional maupun internasional.

Metode Penelitian: desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian r n d. produk yang dihasilkan adalah PENGEMBANGAN FOOTBALL FUN FOR OBESITY

Hasil Penelitian: Secara keseluruhan, fun game football for obesity dengan tujuannya dikategorikan cukup layak digunakan dalam menjadikan sebuah alternatif olahraga pada penderita obesitas. Aspek pemasan latihan 71,4 % dikategorikan cukup layak, latihan inti 70% dikategorikan cukup layak, pendinginan 72,8% dikategorikan cukup layak, Tujuan latihan 70,7% dikategorikan cukup layak dan kegembiraan 85% dikategorikan layak. Dapat diartikan bahwa fun football for obesiti cukup layak digunakan sebagai salah satu sarana dalam mengurangi obesitas.

Kata Kunci: football, game, fun, obesitas

Kata Kunci: *football, game, fun, obesitas*