

Analisis Gerak Biomekanika

Oleh: Suharjana, Ria Lumintuarso, djoko pekik

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mewujudkan pembuatan model alat olahraga yang sesuai bagi usia anak, (2) Meningkatkan respon gerak anak melalui penggunaan alat-alat olahraga tersebut, (3) Melatih penggunaan alat tersebut, (4) Memotivasi produsen untuk memproduksi alat secara masal, (5) Memotivasi pembinaan olahraga pada pembinaan level multilateral (pemasalan).

Dalam penelitian ini yang digunakan sebagai subjek penelitian adalah peralatan olahraga untuk anak usia dini. Sampel yang digunakan adalah 5 jenis peralatan olahraga untuk anak usia dini. Alat-alat tersebut terdiri dari: (1) Safety Gawang Modifikasi, (2) Rudal, (3) Petak hijau merah, (4) Alat pemukul untuk bola tenis dan bulutangkis (5) Clapping. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (action research). Penelitian ini didesain dengan 3 siklus, dan masing-masing siklus terdiri dari empat tahap yaitu: Perencanaan, Tindakan, Observasi/ Pengamatan, dan Refleksi. Alat-alat olahraga tersebut diujicobakan pada 60 siswa sekolah dasar di Kota Yogyakarta. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket untuk minta tanggapan siswa, serta lembar pengamatan langsung. Dalam penelitian ini data dianalisa secara diskriptif kualitatif.

Luaran yang ingin dihasilkan adalah tersusunnya 5 alat olahraga untuk anak-anak siswa sekolah dasar. Alat-alat olahraga tersebut adalah sebagai berikut: (1) Safety Gawang Modifikasi, bahan tetap terbuat dari impraboard berbentuk gawang segi tiga, (2) Rudal. Rudal adalah alat olahraga yang menyerupai lembing, yang berfungsi untuk dilempar, (3) Petak hijau merah. Petak hijau merah adalah untuk melatih langkah lari pada anak, (4) Alat pemukul bola tenis dan bulutangkis, (5) Clapping, yaitu sebuah alat untuk latihan reaksi.

Kata Kunci: *Analisis gerak, biomekanika*