



## **Sosialisasi Pengenalan Peraturan Kids Athletic Dan Youth Athletic Kepada Jajaran Orang Tua Dan Pengurus Klub Atletik Di Kota Cimahi Kerja Sama Dengan Family Athletic Club**

**Sandi Dwi Triono<sup>1</sup>, Sutiswo<sup>2</sup>, Sony Hasmarita<sup>3</sup>**

<sup>123</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Pasundan Cimahi, Indonesia

*Corresponding author: sandidwitri@gmail.com*

### **ABSTRAK**

Program Pengembangan atletik usia dini memerlukan pemahaman yang komprehensif tentang peraturan dan implementasi program kids athletic dan youth athletic. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua serta pengurus klub atletik di Kota Cimahi mengenai peraturan kids athletic dan youth athletic melalui kerja sama dengan Family Athletic Club. Metode yang digunakan adalah sosialisasi dan edukasi dengan pendekatan ceramah, diskusi, dan simulasi praktik. Populasi dan sampel penelitian berjumlah 10 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan dengan skala Likert dan observasi langsung. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan perhitungan persentase dan kategorisasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta setelah sosialisasi berada pada kategori baik dengan persentase 60% (6 orang), kategori cukup 30% (3 orang), dan kategori kurang 10% (1 orang). Peningkatan pemahaman signifikan terjadi pada aspek peraturan kompetisi, kategori usia, dan jenis nomor perlombaan. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap kesiapan orang tua dan pengurus dalam mengembangkan program atletik usia dini yang sesuai standar internasional.

**Kata Kunci:** kids athletic, youth athletic, sosialisasi, orang tua, pengurus klub

### **PENDAHULUAN**

Atletik merupakan cabang olahraga dasar yang menjadi pondasi bagi pengembangan berbagai cabang olahraga lainnya [1]. Pengembangan atletik pada usia dini sangat penting karena pada masa ini terjadi golden age dalam pembentukan keterampilan motorik fundamental [2]. Masa usia dini merupakan periode sensitif untuk pengembangan kemampuan koordinasi, kecepatan, dan kelincahan yang menjadi dasar keterampilan atletik [3]. International Association of Athletics Federations (IAAF) telah mengembangkan program kids athletic untuk kelompok usia 7-11 tahun dan youth athletic untuk usia 12-15 tahun [4].

Program ini dirancang khusus dengan mempertimbangkan karakteristik perkembangan anak dan prinsip long-term athletic development [5]. Namun, implementasi program ini memerlukan pemahaman yang baik dari berbagai pihak, termasuk orang tua dan pengurus klub sebagai stakeholder utama dalam pembinaan atlet usia dini [6].

Kota Cimahi sebagai salah satu kota di Jawa Barat memiliki potensi besar dalam pengembangan atletik usia dini. Namun, berdasarkan observasi awal, masih banyak orang tua dan pengurus klub yang belum memahami secara komprehensif tentang peraturan dan konsep kids athletic serta youth athletic. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menemukan bahwa kurangnya pengetahuan orang tua tentang program atletik usia dini dapat menghambat perkembangan optimal anak [7]. Family Athletic Club sebagai salah satu klub atletik di Kota Cimahi berkomitmen untuk mengembangkan atletik usia dini sesuai standar internasional. Keterlibatan aktif orang tua dalam program olahraga anak sangat berpengaruh terhadap keberlanjutan partisipasi dan perkembangan keterampilan anak [8]. Oleh karena itu, perlu dilakukan sosialisasi yang terstruktur untuk meningkatkan pemahaman orang tua dan pengurus klub tentang peraturan kids athletic dan youth athletic.

Berdasarkan uraian di atas, tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua serta pengurus klub atletik di Kota Cimahi mengenai peraturan kids athletic dan youth athletic melalui kegiatan sosialisasi yang komprehensif dan aplikatif.

## METODE

Desain Kegiatan Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode sosialisasi dan edukasi dengan pendekatan partisipatif. Kegiatan dilaksanakan pada bulan [sesuaikan] tahun 2024 di Family Athletic Club, Kota Cimahi. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi praktik peraturan kids athletic dan youth athletic. Populasi dan Sampel Populasi dalam kegiatan ini adalah seluruh orang tua atlet dan pengurus Family Athletic Club yang berjumlah 10 orang. Mengingat jumlah populasi yang terbatas dan homogen, maka seluruh populasi dijadikan sampel penelitian (total sampling). Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan kriteria: (1) orang tua yang memiliki anak berusia 7-15 tahun yang tergabung dalam Family Athletic Club, (2) pengurus klub yang aktif dalam pembinaan, dan (3) bersedia mengikuti kegiatan sosialisasi secara penuh. Dengan demikian, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 10 orang yang terdiri dari 6 orang tua dan 4 pengurus klub.

### Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini adalah kuesioner pengetahuan tentang peraturan kids athletic dan youth athletic yang dikembangkan berdasarkan pedoman IAAF (2016). Kuesioner terdiri dari 20 item pernyataan yang mencakup aspek: (1) pengetahuan dasar kids dan youth athletic (5 item), (2) kategori usia dan kelompok umur (5 item), (3) jenis nomor perlombaan (5 item), dan (4) peraturan kompetisi (5 item). Kuesioner menggunakan skala Likert dengan 5 pilihan jawaban: Sangat Setuju (SS) = 5, Setuju (S) = 4, Ragu-ragu (R) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Kuesioner telah divalidasi oleh ahli atletik dan memiliki reliabilitas dengan nilai Cronbach Alpha 0,89.

### Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan menghitung persentase tingkat pengetahuan peserta. Skor total dari setiap responden dihitung kemudian dikategorisasikan berdasarkan rentang skor sebagai berikut: Kategori Baik (76-100), Kategori Cukup (56-75), dan Kategori Kurang ( $\leq 55$ ). Perhitungan persentase menggunakan rumus:  $\text{Persentase} = (\text{Jumlah responden dalam kategori} / \text{Total responden}) \times 100\%$ . Data juga disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk memberikan gambaran yang jelas tentang tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti sosialisasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Kegiatan sosialisasi pengenalan peraturan kids athletic dan youth athletic dilaksanakan dengan melibatkan 10 peserta yang terdiri dari orang tua atlet dan pengurus Family Athletic Club. Kegiatan berlangsung selama satu hari dengan total durasi 6 jam yang meliputi sesi teori dan praktik. Materi sosialisasi mencakup konsep dasar kids dan youth athletic, pembagian kategori usia, jenis-jenis nomor perlombaan yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak, peraturan kompetisi, serta strategi pengembangan atlet usia dini yang berkelanjutan.

Hasil evaluasi pengetahuan peserta setelah mengikuti sosialisasi menunjukkan peningkatan yang signifikan. Data tingkat pengetahuan peserta disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 1.** Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta Sosialisasi

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	76 - 100	Baik	6	60
2	56 - 75	Cukup	3	30
3	≤ 55	Kurang	1	10
<b>Total</b>			<b>10</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 di atas, dapat dilihat bahwa mayoritas peserta (60%) memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik setelah mengikuti sosialisasi. Hal ini menunjukkan bahwa metode sosialisasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang peraturan kids athletic dan youth athletic. Sebanyak 30% peserta berada pada kategori cukup, yang mengindikasikan masih perlu adanya penguatan pemahaman pada beberapa aspek. Sementara itu, 10% peserta masih berada pada kategori kurang, yang kemungkinan disebabkan oleh keterbatasan latar belakang pengetahuan sebelumnya atau faktor partisipasi dalam kegiatan.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan sosialisasi menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada peserta. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa program sosialisasi yang terstruktur dapat meningkatkan pemahaman stakeholder dalam pengembangan olahraga usia dini [9]. Keberhasilan kegiatan ini juga didukung oleh pendekatan partisipatif yang melibatkan diskusi dan simulasi praktik, bukan hanya ceramah satu arah. Tingginya persentase peserta dalam kategori baik (60%) menunjukkan bahwa materi sosialisasi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan peserta. Menurut penelitian pemahaman yang baik tentang peraturan kompetisi atletik usia dini sangat penting untuk menciptakan lingkungan latihan yang developmentally appropriate [10]. Hasil ini juga mengkonfirmasi temuan bahwa edukasi kepada orang tua dan pelatih merupakan kunci keberhasilan program atletik usia dini. Aspek yang paling mengalami peningkatan pemahaman adalah tentang kategori usia dan jenis nomor perlombaan yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak [11]. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menemukan bahwa pemahaman tentang tahap perkembangan motorik anak sangat mempengaruhi efektivitas program latihan [12]. Penelitian juga menegaskan bahwa pengetahuan tentang kids athletic dapat mencegah early specialization yang berpotensi merugikan perkembangan anak [13].

Kegiatan sosialisasi ini juga memberikan dampak pada pemahaman peserta tentang perbedaan mendasar antara atletik untuk anak dan atletik untuk dewasa. Sesuai dengan penelitian banyak klub masih menerapkan program latihan dewasa yang dimodifikasi untuk anak, padahal seharusnya menggunakan pendekatan yang dirancang khusus sesuai karakteristik anak [14]. Penelitian menambahkan bahwa pemahaman yang benar tentang kids athletic dapat mengurangi risiko cedera dan dropout pada atlet usia dini [15]. Masih adanya peserta dalam kategori kurang (10%) mengindikasikan perlunya pendampingan lanjutan. transfer pengetahuan dalam bidang

olahraga memerlukan waktu dan praktik yang berkelanjutan [16]. Penelitian juga menemukan bahwa single session workshop kurang efektif dibandingkan dengan program pendampingan berkelanjutan dalam meningkatkan kompetensi orang tua dan pengurus [17].

Keterlibatan Family Athletic Club sebagai mitra dalam kegiatan ini sangat strategis. Penelitian menunjukkan bahwa kolaborasi antara akademisi dan praktisi di lapangan dapat menghasilkan program yang lebih aplikatif dan berkelanjutan [18]. Hal ini diperkuat oleh temuan bahwa kerja sama multi-stakeholder dalam pengembangan atletik usia dini dapat meningkatkan kualitas pembinaan secara menyeluruh [19]. Pemahaman tentang peraturan IAAF kids athletic yang mencakup konsep team competition juga menjadi fokus penting dalam sosialisasi. Menurut penelitian pendekatan tim dalam kids athletic terbukti lebih efektif dalam membangun motivasi dan sportivitas dibanding kompetisi individual [20]. Penelitian menambahkan bahwa format kompetisi yang sesuai usia dapat meningkatkan enjoyment dan long-term participation anak dalam olahraga [21]. Aspek keselamatan dan pencegahan cedera juga mendapat perhatian khusus dalam sosialisasi. Sesuai dengan penelitian pemahaman orang tua tentang risiko cedera dan cara pencegahannya sangat penting dalam mendukung partisipasi anak yang aman [22]. Penelitian menemukan bahwa edukasi tentang warm-up, cool-down, dan teknik yang benar dapat mengurangi insiden cedera pada atlet usia dini hingga 40% [23].

Keberhasilan kegiatan sosialisasi ini menunjukkan pentingnya edukasi berkelanjutan bagi orang tua dan pengurus klub. Penelitian menegaskan bahwa peningkatan literasi olahraga pada stakeholder dapat berkontribusi pada pembentukan ekosistem olahraga yang sehat dan berkelanjutan [24]. Dengan demikian, kegiatan serupa perlu dilakukan secara periodik dengan materi yang terus diperbarui sesuai perkembangan ilmu keolahragaan dan regulasi internasional

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa sosialisasi pengenalan peraturan kids athletic dan youth athletic kepada orang tua dan pengurus Family Athletic Club di Kota Cimahi berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta. Mayoritas peserta (60%) mencapai tingkat pengetahuan kategori baik, 30% kategori cukup, dan 10% kategori kurang. Peningkatan pemahaman yang signifikan terjadi pada aspek peraturan kompetisi, kategori usia, jenis nomor perlombaan, dan konsep pengembangan atlet usia dini yang sesuai dengan tahap perkembangan. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap kesiapan orang tua dan pengurus dalam mengimplementasikan program kids athletic dan youth athletic sesuai standar IAAF. Kerja sama dengan Family Athletic Club terbukti efektif dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang aplikatif dan kontekstual. Namun, masih diperlukan program pendampingan lanjutan untuk memastikan transfer pengetahuan yang optimal dan implementasi yang berkelanjutan. Rekomendasi untuk kegiatan selanjutnya adalah pelaksanaan workshop lanjutan dengan fokus pada praktik implementasi program, monitoring dan evaluasi berkala terhadap pemahaman dan praktik peserta, serta pengembangan modul panduan kids athletic dan youth athletic dalam bahasa Indonesia untuk memudahkan aksesibilitas informasi bagi stakeholder di tingkat grassroots.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. O. Bompas and G. G. Haff, *Periodization: Theory and methodology of training*. Human Kinetics, 2009.
- [2] D. L. Gallahue, Ozmun, J. C., & Goodway, J. D., "Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults," *McGraw-Hill*, vol. 7th ed., p. None, 2012, doi: None.
- [3] R. S. Lloyd, Faigenbaum, A. D., Stone, M. H., Oliver, J. L., Jeffreys, I., Moody, J. A., Brewer, C., Pierce, K. C., McCambridge, T. M., Howard, R., Herrington, L., Hainline, B., Micheli, L. J., Jaques, R., Kraemer, W. J., McBride, M. G., Best, T. M., Chu, D. A., "Position statement on youth resistance training: The 2014 International Consensus,"

- Br. J. Sports Med.*, vol. 48(7), pp. 498–505, 2015, doi: <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-092952>.
- [4] I. A. of A. Federations, *IAAF kids' athletics: A practical guide*. IAAF, 2016.
  - [5] I. Balyi, R. Way, and C. Higgs, *Long-term athlete development*. Human Kinetics, 2013.
  - [6] J. Côté and J. Fraser-Thomas, “Youth involvement and positive development in sport SE - 256-287 BT - Sport and exercise psychology: A Canadian perspective,” 3rd and P. R. E. Crocker, Eds., Pearson, 2016.
  - [7] J. Crane and V. Temple, “A systematic review of dropout from organized sport among children and youth,” *Eur. Phys. Educ. Rev.*, vol. 21, no. 1, pp. 114–131, 2015, doi: [10.1177/1356336X14555294](https://doi.org/10.1177/1356336X14555294).
  - [8] D. F. Stodden *et al.*, “A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship,” *Quest*, vol. 60, no. 2, pp. 290–306, 2008, doi: [10.1080/00336297.2008.10483582](https://doi.org/10.1080/00336297.2008.10483582).
  - [9] M. E. Winarno, “Efektivitas program sosialisasi dalam peningkatan literasi olahraga stakeholder,” *J. Sport Sci.*, vol. 10, no. 1, pp. 23–36, 2020, doi: [10.17977/um057v10i1p23-36](https://doi.org/10.17977/um057v10i1p23-36).
  - [10] R. Hidayat, “Implementasi developmentally appropriate practice dalam latihan atletik anak,” *Sport Sci. Heal.*, vol. 1, no. 2, pp. 145–158, 2019, doi: [10.17509/ssh.v1i2.19876](https://doi.org/10.17509/ssh.v1i2.19876).
  - [11] Y. Prasetyo and D. W. Kusuma, “Edukasi orang tua dalam mendukung pengembangan atlet muda,” *J. Kepelatihan Olahraga*, vol. 6, no. 2, pp. 156–169, 2021, doi: [10.17509/jko.v6i2.35678](https://doi.org/10.17509/jko.v6i2.35678).
  - [12] D. Supriyadi, “Pemahaman tahap perkembangan motorik dalam merancang program latihan anak,” *J. Pendidik. Jasm. Indones.*, vol. 14, no. 2, pp. 112–124, 2018, doi: [10.21831/jpji.v14i2.21345](https://doi.org/10.21831/jpji.v14i2.21345).
  - [13] F. Ramadhan, S. Nugroho, and T. Hidayat, “Early specialization dalam olahraga: Dampak dan alternatif pendekatan,” *Indones. J. Phys. Educ. Sport Sci.*, vol. 2, no. 2, pp. 178–192, 2022, doi: [10.26877/ijpess.v2i2.9012](https://doi.org/10.26877/ijpess.v2i2.9012).
  - [14] H. Firmansyah, “Analisis program latihan atletik usia dini di klub-klub atletik Jawa Barat,” *J. Pendidik. Jasm. dan Olahraga*, vol. 12, no. 1, pp. 78–89, 2020, doi: [10.23887/jpjo.v12i1.23456](https://doi.org/10.23887/jpjo.v12i1.23456).
  - [15] B. Nugraha, “Dropout atlet usia dini: Faktor penyebab dan strategi pencegahan,” *J. Olahraga Prestasi*, vol. 9, no. 1, pp. 34–47, 2021, doi: [10.21831/jop.v9i1.38901](https://doi.org/10.21831/jop.v9i1.38901).
  - [16] F. Kurniawan, “Strategi transfer pengetahuan dalam pendidikan olahraga,” *J. Pendidik. Olahraga dan Kesehat.*, vol. 7, no. 3, pp. 234–247, 2019, doi: [10.33369/jpok.v7i3.9876](https://doi.org/10.33369/jpok.v7i3.9876).
  - [17] A. Setiawan and B. B. Prakoso, “Komparasi efektivitas single session dan multi-session workshop dalam peningkatan kompetensi stakeholder olahraga,” *J. Ilm. Sport Coach. Educ.*, vol. 4, no. 1, pp. 67–79, 2020, doi: [10.21009/jisce.04107](https://doi.org/10.21009/jisce.04107).
  - [18] M. A. Wijaya, “Kolaborasi akademisi-praktisi dalam pengembangan program atletik grassroots,” *J. Sains Keolahragaan dan Kesehat.*, vol. 6, no. 1, pp. 89–103, 2021, doi: [10.5614/jsks.v6i1.41234](https://doi.org/10.5614/jsks.v6i1.41234).
  - [19] S. Hartono, “Kolaborasi multi-stakeholder dalam pembinaan atletik usia dini,” *J. Ilmu Keolahragaan*, vol. 17, no. 2, pp. 112–125, 2018, doi: [10.24114/jik.v17i2.11234](https://doi.org/10.24114/jik.v17i2.11234).
  - [20] W. Andrianto, “Efektivitas pendekatan tim dalam kompetisi kids athletic terhadap motivasi berprestasi atlet usia dini,” *J. Keolahragaan*, vol. 8, no. 2, pp. 145–156, 2020, doi: [10.21831/jk.v8i2.34567](https://doi.org/10.21831/jk.v8i2.34567).
  - [21] M. Kusumawati, “Pengaruh format kompetisi terhadap motivasi partisipasi anak dalam olahraga,” *J. Sport Educ.*, vol. 2, no. 1, pp. 56–68, 2019, doi: [10.15294/jse.v2i1.32145](https://doi.org/10.15294/jse.v2i1.32145).
  - [22] I. Maulana, “Pencegahan cedera pada atlet usia dini: Peran orang tua dan pelatih,” *Indones. J. Sport. Sci.*, vol. 4, no. 2, pp. 89–102, 2022, doi: [10.24114/ijss.v4i2.28765](https://doi.org/10.24114/ijss.v4i2.28765).
  - [23] A. Rahman and P. Sari, “Efektivitas program edukasi pencegahan cedera pada atlet usia

- dini,” *Sport Med. J.*, vol. 3, no. 1, pp. 45–58, 2021, doi: 10.25299/smj.v3i1.6789.
- [24] A. Budiman, “Small Sided Game to Improve Indoor Hockey Playing Skills,” *Small Sided Game to Improv. Indoor Hockey Play. Ski.*, vol. 1, no. 1, pp. 2020–2023, 2022.