

ABSTRACT

Health is an important component in human life in performing daily activities. The society awareness toward health is increasing along with the increase of middle class society in Indonesia. The middle class characteristic which tend to be consumptive and high purchasing power encourage a change in behavior which lead to a healthy lifestyle. This is because of a new disease that appear caused by practical and instant lifestyle. A high consumptive behavior and purchasing power of middle class parents can give a bad influence for the children. The tendency of children activity spending time in the house to play with electronics, eating junk food and watching television while the sport and exercise activity is decreasing causing problems in the children health. Disease like obesity, high blood pressure, heart disorder which normally suffered by adult, now many children suffer from the disease. Therefore, the only solution is to avoid obesity on children from the early age is by teaching them a healthy lifestyle with a routine exercise or other physical activities besides maintaining a healthy diet.

The trend of healthy lifestyle and active by joining gymnastics program or fitness in gym is not only for adults but also for children. Beside to maintain and the children's fitness, exercise can also support the children's development for a perfect growth in their golden age, which is zero until eight years old. Author saw this phenomenon as an opportunity to establish a children fitness center business which offer a variety of sport program designed for children. Based on the author observation, the burgeoning business related to children growth in Yogyakarta is baby and kids spa business. While business that related with the children growth with the concept of children fitness center haven't been found the purpose of this research is to compile a children fitness center business plan by analyzing internal and external and also by identifying market strategy, human resource management, operational and financial from the children fitness center business.

Analysis from the financial shows that the children fitness center business is worthy to be executed. The capital needed for the early investment is Rp2.166.950.000 which consist of early investment as much as Rp1.865.750.000 and Rp301.200.000 for working capital. By using moderate assumption, the calculation of cash flow for five years resulting 3 years 1 month for payback period, internal rate of return in 17 percent and Rp422.504.083 net present value.

Keywords: Business plan, fitness center, children, health, sport.

INTISARI

Kesehatan merupakan komponen penting bagi kehidupan manusia dalam menjalankan aktifitas sehari-hari. Kesadaran masyarakat terhadap kesehatan semakin hari semakin tinggi seiring dengan peningkatan jumlah kalangan kelas menengah di Indonesia. Karakteristik kalangan kelas menengah yang cenderung konsumtif dan memiliki daya beli yang tinggi mendorong adanya perubahan perilaku yang mengarah kepada gaya hidup sehat. Hal ini dikarenakan munculnya penyakit-penyakit baru yang timbul akibat dari gaya hidup serba praktis dan instan. Perilaku konsumtif dan kemampuan daya beli para orang tua kalangan kelas menengah yang tinggi juga membawa dampak buruk bagi anak-anak. Kecenderungan aktifitas anak-anak yang menghabiskan waktu di rumah untuk bermain perangkat elektroniknya, makan snack, dan terlalu sering menonton TV sedangkan program aktifitas olahraga yang berkurang telah menimbulkan masalah kesehatan pada anak-anak. Penyakit seperti obesitas, tekanan darah tinggi, gangguan pada jantung yang umumnya diderita oleh orang dewasa, saat ini banyak diderita oleh anak-anak. Oleh karena itu, satu-satunya solusi untuk menghindari permasalahan obesitas pada anak-anak adalah sejak dini mengajarkan gaya hidup sehat dengan cara berolahraga secara rutin atau aktifitas fisik lainnya selain menjaga pola konsumsi makanan yang sehat.

Tren gaya hidup sehat dan aktif dengan mengikuti berbagai program senam atau kebugaran di gym tidak hanya untuk orang-orang dewasa tetapi juga anak-anak. Selain untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh anak-anak, berolahraga juga menjadi sarana tumbuh kembang anak untuk kesempurnaan perkembangan dan pertumbuhan di usia emasnya, yaitu usia nol hingga delapan tahun. Penulis melihat fenomena ini sebagai sebuah peluang untuk mendirikan usaha pusat kebugaran anak yang menawarkan berbagai program olah raga yang dirancang untuk anak-anak. Berdasarkan pengamatan penulis, bentuk bisnis stimulasi tumbuh kembang anak yang sedang berkembang di Yogyakarta adalah bisnis spa bayi dan anak. Sedangkan bentuk bisnis stimulasi tumbuh kembang anak dengan konsep pusat kebugaran anak belum ditemukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyusun sebuah rencana bisnis pusat kebugaran anak dengan melakukan analisis internal dan eksternal perusahaan, serta mengidentifikasi strategi pemasaran, manajemen sumber daya manusia, operasional, dan keuangan dari usaha pusat kebugaran anak.

Hasil analisis keuangan menunjukkan bahwa rencana bisnis pusat kebugaran anak layak untuk dijalankan. Kebutuhan modal yang digunakan untuk investasi awal sebesar Rp2.166.950.000 yang terdiri dari investasi awal sebesar Rp1.865.750.000 dan modal kerja sebesar Rp301.200.000. Dengan menggunakan asumsi moderat, perhitungan arus kas selama lima tahun menghasilkan *payback period* sebesar 3 tahun 1 bulan, *internal rate of return* sebesar 17 persen, dan *net present value* sebesar Rp422.504.083.

Kata kunci: Rencana bisnis, pusat kebugaran, anak-anak, kesehatan, olahraga.