

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bermain adalah sesuatu yang di butuhkan dalam masa perkembangan anak, baik itu perkembangan motorik dan kognitisnya. Bermain juga dapat meningkatkan stimulasi perkembangan anak, sehingga dapat meningkatkan kecerdasan pada anak. Dalam kehidupan manusia, bermain merupakan sebuah aktivitas menyenangkan yang sangat mudah untuk membuat akrab sesama manusia dan dilakukan oleh generasi ke generasi secara berkelanjutan. Bermain untuk anak adalah apa yang mereka lakukan sepanjang hari.

Masyarakat mengenal permainan dengan beragam jenis, namun permainan dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu permainan modern dan permainan tradisional (Nuriman, 2016). Permainan modern adalah permainan yang menggunakan teknologi yang sudah berkembang dimasyarakat dan dapat dimainkan kurang lebih dari dua orang, bahkan bisa dilakukan dengan sendiri tanpa adanya teman. Sedangkan permainan tradisional adalah permainan tanpa tersentuh oleh teknologi modern dan dapat menghasilkan timbulnya inisiatif, kreatifitas anak untuk menciptakan dan dapat berinovasi untuk memproduksi sendiri. Permainan tradisional dari generasi sebelumnya ke generasi selanjutnya melalui lisan, suara, atau presentasi.

Permainan tradisional dikenal memiliki beberapa keunggulan di bandingkan dengan permainan modern masa kini,karena didalam permainan tradisional dapat memperkenalkan, melestarikan,sekaligus dapat menciptakan

kecintaan terhadap warisan budaya bangsa dan nilai-nilai luhur yang terkandung didalamnya (Pratiwi & Kristanto, 2014). Selain itu permainan tradisional juga dapat mengembangkan kemampuan dasar pada anak. Dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional dapat mendorong pola berpikir anak sesuai dengan budaya dengan selalu meningkatkan kebugaran fisik, hubungan sosial, pengendalian emosi, dan moral pada anak.

Indonesia memiliki banyak sekali macam olahraga tradisional dari berbagai provinsi dan daerah. Ada banyak ragamnya dan ada juga olahraga tradisional yang mirip dan hampir sama antar daerah di Indonesia. Beberapa olahraga tradisional yang sering dimainkan oleh masyarakat luas di Indonesia. Beberapa permainan rakyat yang sudah cukup dikenal oleh seluruh lapisan masyarakat di Indonesia dan menjadi olahraga tradisional adalah seperti enggrang, benteng, dagongan, panjat pohon pinang, sepak raga, lomba perahu, lompat batu nias, karapan sapi, dan lain sebagainya.

Perlu diketahui bahwa ada perbedaan makna antara olahraga tradisional dengan permainan tradisional. Olahraga tradisional semula tercipta dari permainan rakyat sebagai pengisi waktu luang. Karena permainan tersebut sangat menyenangkan dan tidak membutuhkan biaya yang sangat besar, maka permainan tersebut semakin berkembang dan digemari oleh masyarakat sekitar. Permainan ini dilakukan dan digemari dari kalangan anak-anak sampai dengan dewasa, sesuai dengan karakter permainan yang dipakai.

Olahraga yang merupakan aktivitas fisik tentunya melibatkan unsur komponen fisik didalamnya seperti kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*),

daya ledak otot (*muscular endurance*), kecepatan (*speed*), daya lentur (*flexibility*), kelincahan (*agility*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), dan reaksi (*reaction*). Sementara olahraga tradisional adalah permainan masyarakat yang ada batas dalam masyarakat, tumbuh dan berkembang secara lisan yang diwariskan dari generasi ke generasi. Olahraga tradisional adalah bentuk kegiatan olahraga yang berkembang di masyarakat, pada perkembangan selanjutnya olahraga tradisional sering dijadikan sebagai jenis permainan yang memakai ciri kedaerahan asli serta disesuaikan dengan tradisi budaya setempat.

Olahraga tradisional yang terdapat unsur komponen fisik tentu juga berkaitan tentang kebugaran jasmani yang melibatkan sistem gerak motorik yang ada pada tubuh. Gerakan motorik dapat dibedakan menjadi 2 yaitu motorik halus dan motorik kasar. Keterampilan motorik halus adalah pengorganisasian penggunaan sekelompok otot-otot kecil seperti jari-jemari dan tangan yang sering membutuhkan kecermatan dan koordinasi mata dengan tangan. Contoh motorik halus yaitu: seperti memegang pena, memindahkan barang, menyusun puzzle dan lainnya yang berkaitan dengan aktifitas otot kecil. Sedangkan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh. Motorik kasar berkaitan dengan berlari, mendorong, menendang, dan lainnya yang berkaitan dengan menggunakan otot besar. Tentu tidak semua warisan budaya dalam bentuk

permainan dikategorikan sebagai olahraga tradisional dimana olahraga pada dasarnya terlibatnya gerak motorik kasar yang adanya aktivitas otot-otot besar.

Berdasarkan tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa olahraga tradisional merupakan sebuah permainan aktivitas fisik berupa otot besar. Pernyataan ini memperkuat perbedaan pengertian olahraga tradisional dengan permainan tradisional. Permainan tradisional hanya meliputi motorik halus, hanya melibatkan keterampilan tangan atau ketangkasan saja.

Manurut Hamzah (2019) “terdapat beberapa unsur kebugaran yang senantiasa dimiliki oleh setiap cabang olahraga seperti kekuatan, kelincihan, kecepatan, daya tahan, keseimbangan, koordinasi dan kelentukan”. Kelincihan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki oleh seorang atlet, dengan kelincihan yang baik pemain dapat beberapa gerak tipu dalam permainan atau melewati hadangan pemain lawan. Menurut Menurut Arwandi dan Ardianda (2018) “kelincihan adalah kemampuan anggota tubuh untuk berpindah posisi tubuh dengan cepat tanpa hilangnya keseimbangan”. Sama halnya menurut Hutrisma dan Sin (2019) mengatakan “mengubah arah gerak dengan kecepatan tinggi tanpa hilang keseimbangan merupakan salah satu guna dalam permainan sepakbola”. Kesanggupan dan kesiapan tubuh seseorang dalam berganti arah dengan cepat dan tepat, dengan sesaat tanpa penggunaan daya yang berlebih dengan menjaga keseimbangan (Gemaël dan Kurniawan, 2019). Kelincihan merupakan cara kerja tubuh dalam mengubah arah secara tiba-tiba dengan cepat yang diukur dengan satuan detik (Efendi, 2017). Seorang yang

mampu merubah posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi yang baik, berarti pemain tersebut dapat dikatakan lincah.

Dalam penyelenggaraan pendidikan sebagai proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan manusia adalah mutlak diperlukan. Tidak ada pendidikan jasmani yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani. Karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk belajar mengenal dunia dan dirinya sendiri. Oleh karena itu, apabila pendidikan jasmani yang diselenggarakan di sekolah-sekolah dapat dilaksanakan sebagai mana mestinya akan sangat berarti dan sangat bermanfaat untuk menunjang tercapainya tujuan pendidikan secara keseluruhan.

Namun berdasarkan pengamatan di lapangan, pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah-sekolah pada umumnya dilakukan secara konvensional. Hampir semua kegiatan didominasi oleh guru dengan menggunakan pendekatan secara keolahragaan. Pendekatan dalam pengajaran pendidikan semacam ini, sama halnya dengan pembinaan keterampilan gerak yang sudah umum dilakukan dalam pelatihan-pelatihan pada suatu cabang olahraga. Sehingga kegiatan belajar menjadi kegiatan yang sangat membosankan bagi peserta didik di sekolah. yang berakibat menurunnya minat serta hasil belajar peserta didik tersebut. Oleh karena itu diperlukan kemasan baru dalam bentuk kegiatan, misalnya pendekatan dalam bentuk permainan yang menarik dan menyenangkan. Dalam pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani diperlukan

adanya kreativitas guru, dalam upaya memodifikasi olahraga sebagai suatu pendekatan alternatif dalam pengajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan pra survey yang peneliti lakukan yaitu dengan metode Observasi di SDN Jatirangga II Kecamatan Jatisampurna Kota Bekasi, terlihat olahraga tradisional hanya sekedar sebagai kebugaran dan hanya untuk mengisi waktu olahraga saja, bukan untuk meningkatkan gerak kelincahan pada siswa. Dengan ini peneliti mencoba untuk menerapkan pengaruh permainan tradisional bentengan dan gobak sodor, terhadap peningkatan kelincahan pada siswa kelas V SDN Jatirangga II Kecamatan Jatisampurna Kota Bekasi.

Pendidikan jasmani dapat dilakukan melalui olahraga tradisional. Secara tidak langsung siswa akan berlatih kecepatan yang dibutuhkan saat berlari dengan melakukan permainan tradisional, karena pada intinya kegiatan tersebut dapat memacu dan merangsang kecepatan sehingga menghasilkan waktu yang optimal. Dengan menggunakan olahraga tradisional diharapkan dapat meningkatkan kelincahan. Hal itu pun terjadi pada siswa kelas V SD Negeri Jatirangga II Kecamatan Jatisampurna Kota Bekasi, faktor utama yang terlihat adalah faktor pembelajaran yang monoton atau membosankan ketika kegiatan atletik. Kurangnya minat siswa dalam melakukan aktivitas akan sangat berpengaruh pada hasil belajar yang akan dicapai, untuk itu guru harus mampu membangkitkan minat dan motivasi siswa agar timbul rasa senang dalam melakukan aktivitas guna mencapai hasil belajar yang lebih baik.

Penelitian ini dilatar belakangi banyak generasi muda saat ini kurang begitu mengenal dengan beragam jenis olahraga tradisional menarik di

sekitarnya. Menurut (Hayati & Putro, 2017) tradisional saat ini seakan-akan sudah tergantikan dengan oleh permainan modern seperti *Games Online*, *Hand Phone*, *Vidio Games*, dan lain sebagainya. Padahal permainan tradisional sendiri memiliki banyak manfaat seperti diantaranya membantu anak untuk tumbuh kembang dengan kreatifitas budaya setempat, melatih fisik dan mental pada anak, melatih jiwa kepemimpinan, dan ketangkasan.

Berdasarkan paparan di atas yang telah diuraikan, peneliti bermaksud mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Olahraga Tradisional Terhadap Hasil Peningkatan Kelincahan Pada Siswa Kelas V SDN Jatirangga II Kecamatan Jatisampurna Kota Bekasi”

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diidentifikasi serta karena keterbatasan waktu dan menghindari kesalah pahaman, maka perlu pembatasan permasalahan dalam penelitian ini, antara lain

- a. Penelitian ini membahas pengaruh olahraga tradisional terhadap hasil peningkatan kelincahan pada siswa kelas V SD Negeri Jatirangga II Kota Bekasi.
- b. Permainan yang digunakan dalam penelitian Gobak Sodor dan Bentengan
- c. Sempel penelitian siswa kelas V SD Negeri Jatirangga II Kota Bekasi
- d. Penelitian di SD Negeri Jatirangga II Kecamatan Jatisampurna Kota Bekasi

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang akan diteliti yaitu: Apakah olahraga tradisional dapat meningkatkan kelincahan pada siswa kelas V SDN Jatirangga II Kecamatan Jatisampurna Kota Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan batasan dan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini adalah: Untuk mengetahui apakah olahraga tradisional dapat meningkatkan kelincahan pada siswa kelas V SDN Jatirangga II Kecamatan Jatisampurna Kota Bekasi.

D. Kegunaan Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh melalui penelitian ini yaitu manfaat secara praktis dan teoritis:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang baik bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan peneliti pada khususnya, terutama pada bidang pendidikan jasmani, selain itu teori-teori dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan motivasi, manfaat dan hasil sebagai salah satu wacana dalam bidang olahraga.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai karya ilmiah, dan memperkaya referensi bagi peneliti untuk kedepannya.

b. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

Diharapkan dapat dipergunakan sebagai bahan pengajaran dan masukan bagi para guru pendidikan jasmani dilingkungan Kecamatan Jatisampurna Kota Bekasi dalam meningkatkan keterampilan bermain.

E. Definisi Operasional Variabel

Penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Olahraga tradisional merupakan suatu proses kegiatan yang menyenangkan hati anak dengan mempergunakan alat sederhana sesuai dengan keadaan dan merupakan hasil penggalian budaya setempat menurut gagasan dan ajaran turun temurun dari nenek moyang. Permainan tradisional yang digunakan yaitu gobak sodor dan bentengan, pemilihan permainan ini karena lebih banyak menggunakan kaki dan tangan, sehingga diharapkan dengan diberikan permainan dalam program latihan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar khususnya kelincahan.
2. Kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah arah dan posisi tubuh dalam posisi bergerak dengan kecepatan yang tinggi tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan juga dapat diukur dengan berbagai macam tes. Penelitian ini menggunakan *illinois agility test*.