

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik, kebugaran, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Ini juga bisa menjadi cara yang bagus untuk menghilangkan stres dan meningkatkan suasana hati. Olahraga memiliki peran yang sangat penting dalam mempromosikan gaya hidup sehat, meningkatkan kualitas hidup, dan membentuk masyarakat yang aktif dan berdaya. Menurut Pranata & Kumaat (2022:108) menyatakan “Olahraga adalah suatu kegiatan yang menggunakan unsur fisik untuk memperoleh kegembiraan dan memulihkan kesehatan fisik dan mental”. Olahraga sangat penting yang telah banyak dirasakan oleh seseorang, maka dari itu olahraga perlu diketahui oleh anak-anak generasi muda. Masa remaja adalah periode penting dalam perkembangan fisik dan psikologis seseorang. Pada tahap ini, Anak dapat diajak belajar di luar kelas untuk menunjang kemampuan anak dalam bereksplorasi dan menumbuhkan kecintaannya terhadap permainan-permainan melalui pelaksanaan kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan dengan praktik langsung dilapangan seperti bermain dengan permainan tradisional di sekolah.

Jurnal Ilmiah Potensia, 2016, Vol.1 (1), 56-60 Septi Islinia Yosinta, M. Nasirundan Norman Syam⁵⁷ dalam menjalani proses tumbuh kembangnya. Pada masa ini, anak mengalami proses tumbuh kembang yang luar biasa, baik dari segi fisik motorik, emosi, kognitif, maupun psikososial, perkembangan tersebut berlangsung secara menyeluruh, karena itu aspek perkembangan tersebut perlu distimulasi dengan tepat agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Anak yang kurang terstimulasi akan mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan orang lain (Aisyah,dkk,2008). Salah satu kemampuan yang perlu dikembangkan oleh

guru adalah kemampuan motorik yang dimiliki pada masing-masing siswa, dipengaruhi oleh kondisi biologis dan lingkungan (Hands et al., 2018). Kemampuan motorik atau *motor ability* adalah kapasitas seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak (Lutan, 1988). Kemampuan motorik merupakan salah satu kemampuan yang perlu dimiliki oleh siswa. Hal ini menjadi penting mengingat, pada umumnya setiap aktivitas kehidupan manusia tidak terlepas dari gerak. Belajar gerak dasar yang paling ideal terjadi pada fase anak-anak. Di dalam kehidupan ini gerak sangat dibutuhkan oleh setiap manusia untuk melakukan aktivitas.

Selanjutnya, melihat proses pembelajaran yang mengombinasikan proses keterampilan dengan proses pembelajaran permainan tradisional, seharusnya pembelajaran dilakukan secara utuh dimana keterampilan teknik digabungkan dengan keterampilan bermain ke dalam proses permainan yang sebenarnya. Pemahaman dalam keterampilan permainan tradisional dan keterampilan teknik yang digabungkan diharapkan siswa mampu untuk meningkatkan pemahaman bermain serta perkembangan keterampilan yang berkaitan dengan gerak dasar atau *motor ability*. Selain itu, apabila keterampilan yang diajarkan dilakukan secara terpisah-pisah maka dapat menghilangkan gaya bermain dari permainan tradisional tersebut. Maka perlu dikaji bagaimana guru dapat memberikan solusi pendekatan mana yang mampu meningkatkan kemampuan gerak siswa terhadap proses pelaksanaan pembelajaran. Pola pendekatan yang memberikan keleluasaan dan penekanan pada teknik dan keterampilan permainan tradisional. Untuk itu perlu rancangan pembelajaran permainan yang kondusif sehingga menimbulkan rasa senang, edukatif dan menantang. Hal ini dapat dilihat pada saat melakukan kegiatan meniti papan titian, anak masih kesulitan menjaga keseimbangannya sehingga berpegangan pada guru. Pada saat anak melakukan kegiatan mengangkat satu kaki menirukan pesawat terbang, anak masih sering terjatuh dan belum seimbang saat bertumpu dengan satu kaki, serta stimulasi yang diberikan untuk mengembangkan keseimbangan anak kurang tepat,

kegiatan pembelajaran yang disajikan kurang memasukan unsur permainan. Selain itu juga di zaman modernisasi sekarang ini anak-anak kurang mengenal dan kurang mengetahui tentang suatu budaya yang ada, yang mereka ketahui kebanyakan hanyalah permainan-permainan modern saja. Kegiatan belajar dirancang mengikuti prinsip dasar belajar sambil bermain dan bermain seraya belajar. Dalam mengembangkan kemampuan fisik anak, guru dapat memulainya dari hal-hal yang dekat dengan kehidupan anak. (Kurniawan, 2020:45). Dalam mengembangkan kemampuan fisik tubuh anak, guru dapat memulainya dengan hal yang dekat pada diri anak. Dunia anak adalah dunia bermain karena melalui bermain, anak dapat mengembangkan keterampilan dan kemampuan tertentu sesuai tahap perkembangannya. Bermain juga menjadi media belajar yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini. (Suyadi, 2017:115). Oleh sebab itu, stimulasi yang tepat dari orang tua saat anak berada di rumah, dan guru ketika anak berada di sekolah, sangat diperlukan untuk mendukung perkembangan anak secara optimal. (Yuliani, 2018:54).

Selain itu, pada era modernisasi saat ini, banyak anak yang kurang mengenal budaya daerah karena lebih mengenal permainan modern saja. Oleh karena itu, kegiatan belajar perlu dirancang mengikuti prinsip bermain sambil belajar dan belajar seraya bermain agar pembelajaran menjadi menyenangkan dan bermakna. (Trianto, 2018:23). Dalam mengembangkan kemampuan fisik, guru dapat memulainya dengan hal-hal yang dekat dengan peserta didik agar lebih mudah dipahami dan diterapkan. Bermain juga merupakan media penting untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan tertentu karena melalui bermain, peserta didik dapat belajar sambil beraktivitas dengan cara yang menyenangkan. (Suyanto, 2017:87). Oleh sebab itu, stimulasi yang diberikan sebaiknya disesuaikan dengan dunia anak, yaitu dengan permainan-permainan yang menarik bagi anak. Permainan yang menarik tidak terbatas pada permainan modern saja, permainan tradisional juga dapat digunakan dalam kegiatan pembelajaran untuk mengembangkan kemampuan fisik motor ability anak. Anak dapat diajak belajar diluar kelas untuk menunjang kemampuan anak dalam bereksplorasi dan menumbuhkan kecintaannya terhadap

permainan-permainan melalui pelaksanaan kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan dengan praktik langsung di lapangan seperti bermain dengan permainan tradisional di sekolah. Permainan tradisional merupakan bentuk permainan yang diwariskan secara turun-temurun, dimainkan secara lisan di masyarakat tertentu, serta memiliki banyak variasi sesuai dengan budaya setempat. (Maulidia, 2018:66). Permainan tradisional dikenal memiliki beberapa keunggulan dibanding permainan modern pada masa kini, diantaranya tidak memerlukan biaya untuk memainkannya, melatih kreativitas anak, mengembangkan kecerdasan sosial dan emosional anak, mendekatkan anak-anak pada alam, sebagai media pembelajaran nilai-nilai, mengembangkan kemampuan motorik anak, bermanfaat untuk kesehatan, mengoptimalkan kemampuan kognitif anak, memberikan kegembiraan dan kecerian, dapat dimainkan lintas usia, dan mengasah kepekaan seni anak. Salah satu permainan tradisional yang dapat mendukung perkembangan *motor ability* (kemampuan motorik) adalah permainan tradisional seperti lompat kodok. Permainan lompat kodok merupakan permainan melompati kotak ke kotak lain menggunakan satu kaki, dikenal di berbagai daerah dengan nama yang berbeda-beda seperti engklek (Jawa), gala hadang (Kalimantan), tengge-tengge (Gorontalo), cak lingking (Bangka), tepoch (Bali), gili-gili (Marauke), deprok (Betawi), gedrik (Banyuwangi), bak-baan (Lamongan), bendang (Lumajang), engkleng (Pacitan), sonda (Mojokerto), tepok gunung (Jawa Barat), balap karung (Jawa), dan lompat tali (Jawa, Sumatra). (Widiastuti, 2019:91).

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas bahwa masalah yang ada di SDN 7 Sungai Raya yaitu masih rendahnya koordinasi gerak dan koordinasi mata dan tangan, maka penulis melakukan penelitian dengan judul “Meningkatkan *Motor Ability* Melalui Permainan Tradisional”. Dengan penelitian ini, peneliti berharap nantinya *motor Ability* (keterampilan motorik) anak dapat meningkat dengan optimal melalui permainan Engklek, Galah hadang, Lompat tali, dan Tarik tambang pada siswa Sekolah Dasar Negeri 7 Sungai Raya. Berdasarkan uraian tersebut, masalah

utama dalam penelitian ini adalah bagaimana “meningkatkan keterampilan *motor ability* siswa melalui permainan tradisional”. Permasalahan ini dirumuskan untuk menjawab kebutuhan akan inovasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dengan memanfaatkan permainan tradisional sebagai upaya untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan motor ability mereka secara efektif, efisien, dan menyenangkan. Berdasarkan kenyataan yang ada peneliti bermaksud mengadakan penelitian secara pasti dengan judul “Meningkatkan Keterampilan Motor Ability Anak Melalui Permainan Tradisional Pada Sekolah Dasar Negeri 7 Sungai Raya”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah proses kemampuan *Motor Ability* sebelum diberi perlakuan permainan tradisional di SDN 7 Sungai Raya?
2. Bagaimanakah proses kemampuan *Motor Ability* sesudah diberi perlakuan permainan tradisional di SDN 7 Sungai Raya?
3. Apakah terdapat pengaruh keterampilan *Motor Ability* anak di SDN 7 Sungai Raya setelah diberikan perlakuan melalui permainan tradisional?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian pada rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui *Motor Ability* sebelum diberikan perlakuan berupa permainan tradisional pada siswa SDN 7 Sungai Raya.
2. Untuk mengetahui *Motor Ability* setelah diberikan perlakuan berupa permainan tradisional pada siswa SDN 7 Sungai
3. Ada tidaknya pengaruh dari permainan tradisional terhadap *Motor Ability* pada siswa SDN 7 Sungai Raya.

D. Manfaat Penelitian

Data dan informasi yang diperoleh dari hasil penelitian diharapkan dapat memberi manfaat baik praktis maupun teoritis. Penelitian hasil penulis yang dapat diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa Pendidikan Jasmani untuk melakukan penelitian serupa atau peneliti lain dan hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi bagi jurusan Pendidikan Jasmani dan menerapkannya dalam proses belajar-mengajar.

2. Manfaat Praktis

Harapan penulis hasil penelitian ini berguna bagi :

a. Bagi Peneliti

Sebagai bahan pengalaman bagi penulis dalam menerapkan ilmu olahraga yang diperoleh dan sebagai bahan untuk menyusun skripsi.

b. Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat memperoleh pengalaman belajar yang aktif, kreatif, dan menyenangkan melalui permainan tradisional seperti Englek dan lain sebagainya. Aktivitas ini tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik tetapi juga memberikan kesempatan untuk bersosialisasi dan berinteraksi dengan teman sebaya.

c. Bagi Guru

Penelitian ini memberikan wawasan tambahan bagi guru tentang metode pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan *Motor Ability* anak. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang permainan tradisional, guru dapat merancang kegiatan yang lebih menarik dan bermanfaat bagi perkembangan anak.

d. Bagi Sekolah

Hasil penelitian dapat memberikan informasi kepada sekolah mengenai pentingnya aktivitas fisik dan permainan tradisional dalam

mendukung perkembangan *Motor Ability*, sehingga mereka bisa lebih mendukung kegiatan tersebut di sekolah.

E. Ruang Lingkup

Untuk membatasi penelitian ini agar jelas ruang lingkupnya maka dalam pembahasan ini akan dikemukakan tentang variabel penelitian dan definisi operasional

1. Variabel Penelitian

Menjaga agar penelitian ini tetap fokus pada hal yang menjadi pengamatan, maka diperjelas dengan ruang lingkup penelitian yang meliputi variabel penelitian dan definisi operasional. Variabel penelitian merujuk pada objek penelitian yang mempunyai gejala yang bervariasi yang mempunyai titik sasaran terhadap suatu pengamatan atau penelitian. Variabel penelitian dapat berupa karakteristik, sifat, atau faktor yang diamati, diukur, atau dimanipulasi dalam sebuah penelitian. Menurut Ulfah (2021:344) menyatakan “Variabel didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau subyek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan orang lain atau subjek dengan subjek yang lain”. Dalam hal ini menunjukkan bahwa variabel adalah sesuatu yang bisa diukur atau diamati dan dapat berbeda antara individu atau subjek, yang memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi, mengukur, dan menganalisis perbedaan atau hubungan yang ada.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian merujuk pada elemen atau aspek tertentu yang memiliki variasi yang berbeda-beda dan ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari serta diambil kesimpulan. Ini bisa mencakup objek, sifat, atribut, atau nilai yang bervariasi antara satu dengan yang lainnya, menjadi titik fokus dalam pengamatan atau penelitian. Penelitian ini menggunakan dua variabel, variabel bebas dan variabel terikat.

A. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi penyebab perubahan pada variabel lain, tanpa dipengaruhi oleh variabel manapun. Menurut Sugiyono (2017:61), variabel bebas sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, atau antecedent, yaitu variabel yang memengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat . Sementara itu, Arikunto (2017:173) menyatakan bahwa variabel bebas adalah variabel yang berdiri sendiri dan tidak dipengaruhi oleh variabel lain, tetapi memengaruhi variabel lain . Dalam konteks penelitian kuantitatif, Creswell (2017) menjelaskan bahwa variabel bebas adalah atribut atau karakteristik yang memengaruhi hasil (variabel terikat) dalam penelitian . Berdasarkan penjelasan para ahli di atas penulis menarik kesimpulan bahwa adapun variabel bebas dalam penelitaian ini adalah Permainan Tradisional (Variabel X).

B. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas dan menjadi akibat dari adanya perubahan variabel tersebut. Menurut Sugiyono (2019:69) variabel terikat sering disebut sebagai variabel output, kriteria, atau konsekuensi karena merupakan hasil dari pengaruh variabel bebas. Pada edisi sebelumnya, Sugiyono (2018:61) juga menyatakan bahwa variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari variabel bebas. Dengan demikian, variabel terikat berperan penting dalam mengukur dampak atau hasil dari suatu perlakuan atau intervensi dalam penelitian. Berdasarkan penjelasan para ahli diatas penulis menarik kesimpulan yaitu adapun variabel terikat dalam penelitian ini adalah Keterampilan *Motor Ability* (Variabel Y).

2. Defenisi Oprasional

Bentuk aktivitas jasmani adalah jenis-jenis aktivitas jasmani untuk meningkatkan perkembangan *Motor Ability* anak SDN 7 sungai raya.

A. Pengenalan Permainan tradisional

- a. Permainan tradisional permainan adalah bentuk dari bermain yang memiliki karakteristik tertentu, bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara spontan karena disenangi, bagi anak bermain merupakan suatu kebutuhan yang diperlukan agar anak dapat berkembang secara wajar
- b. Permainan engklek adalah permainan tradisional yang dilakukan dengan cara melompat-lompat pada bidang datar, lalu di buat kotak-kotak kemudian melompat dengan satu kaki ke kotak berikutnya sedangkan galah hadang adalah permainan tradisional yang dimainkan dengan dua kelompok berusaha untuk saling menghalangi dan menyentuh anggota kelompok lawan. Lompat tali adalah permainan tradisional menggunakan tali dari karet yang diputar oleh dua orang di kedua ujungnya, sementara pemain lain melompati tali tersebut secara bergantian, sedangkan Tarik tambang adalah permainan tradisional menggunakan tali panjang yang dimainkan oleh dua kelompok dengan jumlah anggota sama. Kedua kelompok saling menarik tali ke arah masing-masing, dan kelompok yang berhasil menarik lawan melewati garis batas adalah pemenangnya.
- c. *Motor ability* atau kemampuan motorik adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan fisik yang melibatkan koordinasi otot dan sistem saraf. Kemampuan ini mencakup kekuatan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, dan daya tahan.