

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang masalah

Di Indonesia induk organisasi olahraga rekreasi ini adalah Federasi Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia (FORMI = *Indonesia Sport for All Federation*) dan sudah menjadi anggota dari TAFISA (*The Association for International Sport for All*). Berdasarkan tujuannya, maka aktivitas yang dapat dilakukan dalam olahraga rekreasi berupa aktivitas fisik termasuk juga olahraga, dan olahraga tradisional. Misalnya, pagi hari sebelum kerja melakukan jalan, jogging, dan bersepeda. Sore bahkan malam hari pulang dari kerja bermain bulutangkis, tenis, futsal, dll. Aktivitas ini dilakukan baik dilakukan sendiri maupun bersama teman dengan gembira dan suasana hati yang senang. Olahraga rekreasi ini dilaksanakan berbasis masyarakat dengan memperhatikan prinsip mudah, murah, menarik, manfaat, dan massal. Apabila aktivitas olahraga yang dipilih dalam melakukan olahraga rekreasi, maka yang perlu diperhatikan dan menjadi catatan penting bahwa olahraga yang dilakukan dalam upaya untuk mengembangkan dan membentuk kebugaran jasmani (bukan olahraga elit yang targetnya menang atau juara) dan sekaligus untuk memperoleh kegembiraan sebelum, selama, dan setelah aktivitasnya. Olahraga atau aktivitas jasmani dijadikan sebagai sarana rekreasi yang dengan aktivitas tersebut pelakunya menjadi sehat dan bugar serta memperoleh manfaat rekreasi “membuat sesuatu yang baru (dari rutinitas pekerjaan) dan juga revitalisasi-semangat hidup yang baru” (Hayden Ramsay dalam bukunya *Reclaiming leisure: art, sport and philosophy*). Individu yang bugar jasmaninya, gembira hidupnya, dan selalu bersemangat dalam kehidupannya diharapkan menjadi individu yang produktif dalam bekerja dan berkarya sehingga dapat berkontribusi positif dalam membangun kehidupan keluarga, masyarakat dan bangsa.

Apapun aktivitas yang dilakukan dalam olahraga rekreasi, tujuan utamanya adalah untuk mengembangkan dan meningkatkan kebugaran jasmani. Mengutip pendapat Corbin dkk (2008) dalam bukunya *Concepts of Physical Fitness: Active*

Lifestyles for Wellness bahwa kebugaran jasmani merupakan kemampuan/kesanggupan tubuh untuk melakukan fungsinya secara efektif dan efisien. Kebugaran jasmani berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan kerja secara efektif, kesenangan waktu luang, bebas dari penyakit kurang gerak, dan masih dapat melakukan aktivitas meskipun dalam situasi darurat. Dalam hal ini terdapat 5 komponen yang berhubungan dengan kesehatan dan 6 komponen yang berhubungan dengan keterampilan dan masing-masing komponen berkontribusi terhadap total kualitas hidup. Komponen yang berhubungan dengan kesehatan terdiri dari komposisi tubuh, kebugaran jantung-paru, kelentukan, daya tahan otot, dan kekuatan. Masing-masing komponen ini berhubungan langsung dengan kesehatan yang prima dan mengurangi resiko terhadap penyakit kurang gerak. Adapun komponen yang berhubungan dengan keterampilan terdiri dari kelincahan/ketangkasan, keseimbangan, koordinasi, daya ledak, waktu reaksi, dan kecepatan. Dikatakan berhubungan dengan keterampilan oleh karena komponen ini terdapat pada kinerja tingkat tinggi dan sebagaimana diperlukan dalam olahraga dan jenis pekerjaan khusus. Untuk mendapatkan kebugaran jasmani, maka seseorang harus berlatih pada zona latihan aerobik dengan menerapkan prinsip FITT (*frequency-intensity-time-type*). Berlatih minimal 3 kali seminggu dengan intensitas latihan 60 – 80 % denyut nadi maksimal dengan aktivitas kontinyu paling sedikit 30 menit dan dengan gerakan yang melibatkan otot-otot besar tubuh (Irianto, 2013).

Di samping aktivitas jasmani, dalam olahraga rekreasi juga dapat dilakukan dengan olahraga tradisional. Dengan melakukan olahraga tradisional berarti masyarakat sekaligus ikut melestarikan budaya lokal dan nasional. Olahraga rekreasi ini dapat diselenggarakan dalam bentuk festival dari tingkat daerah sampai nasional seperti Festival Olahraga Rekreasi Nasional (FORNAS). Jadi, olahraga rekreasi selain bertujuan untuk kebugaran jasmani, juga berupaya untuk melestarikan budaya daerah dan nasional, serta menjalin dan meningkatkan hubungan sosial dan kegembiraan. Oleh karena itu, indikator utama keberhasilan penyelenggaraan olahraga rekreasi (*sport for all*) terletak pada keikutsertaan dan

unsur kegembiraan bagi masyarakat. Berbagai klub aktivitas fisik bermunculan, baik yang resmi terorganisir maupun yang hanya wadah berkumpul melakukan aktivitas yang sama dan akhirnya terbentuk berbagai komunitas. Klub kebugaran jasmani semakin banyak diminati masyarakat. Kesadaran akan pentingnya kebugaran jasmani menjadi lebih baik. Kesadaran yang terinternalisasi lahir menjadi kebutuhan. Kesadaran dan kebutuhan untuk melakukan aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari. Masyarakat diajak untuk ikut aktif berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dan tidak hanya senang sebagai penonton.

Agar gerakan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat dapat menjadi budaya, perlu dikelola secara efektif. Oleh karena itu, para penggiat olahraga, pelatih, dan guru perlu membentuk bidang yang mengurusnya. Salah satu pelaksanaan untuk memasyarakatkan atau mengolahragakan masyarakat dapat dilaksanakan dalam pembelajaran yang perlu membentuk bidang yang mengrucutnya. Pada pelaksanaannya dapat dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah. Pembelajaran pendidikan jasmani tidak terlepas dari aktifitas fisik salah satunya dengan bermain. Karakteristik anak sekolah dasar yaitu masih suka bermain. Dimana dengan melakukan kegiatan bermain akan memberikan efek yang positif untuk pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Dengan bermain juga dapat menimbulkan rasa kebersamaan, kerjasama dan gotong royong. Indonesia merupakan bangsa yang kaya budaya, beranekaragaman kultur, etnis, suku dan agama disetiap daerahnya. Tak luput halnya dengan permainan rakyat atau yang sering disebut dengan permainan tradisional. Permainan tradisional disetiap daerah berbeda satu sama lain, berbeda nama dan juga berbeda aturan.

Suatu budaya yang ada di masyarakat menjadi aset bagi bangsa untuk dilestarikan dalam mengatasi permasalahan globalisasi. Maka dari itu, pendidikan baik formal maupun non formal dibutuhkan demi keberlangsungan suatu kebudayaan. Jenjang sekolah dasar cukup berperan penting menjadi dasar dari pengetahuan budaya ini (Prasetio & Paramdana, 2020). Oleh karena itu, "Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan dalam kualitas

individu baik secara jasmani maupun Rohani.” Sehingga pendidikan jasmani merupakan salah satu pendidikan yang sangat penting dan utama untuk kemajuan suatu bangsa. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah selain bertujuan untuk menjaga kestabilan kebugaran jasmani siswa juga berperan sebagai media penanaman nilai-nilai olahraga yang terkandung di dalamnya, seperti halnya kesopanan, kejujuran, kedisiplinan, sportivitas, tanggung jawab, pantang menyerah, dan pola hidup sehat. Oleh karena itu, Pendidikan jasmani berjalan beriringan dengan permainan tradisional dalam internalisasi nilai-nilai pendidikan karakter.

Permainan tradisional sangat erat kaitannya dengan pembelajaran olahraga karena permainan tradisional memiliki unsur motorik kasar seperti berlari, berjalan, melompat, melempar, dan menangkap. Selain untuk mengenalkan permainan tradisional kepada anak, mengintegrasikan permainan tradisional kedalam pembelajaran akan mempermudah anak untuk memahami materi. Selain itu, anak juga tidak akan merasa jenuh karena pembelajaran akan lebih variatif. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Wijayanti (2018) yaitu “Permainan tradisional memiliki aturan main dan mampu memberikan kesenangan, relaksasi, kegembiraan dan tantangan” (hlm. 52).

Menurut Husain (2013: 22), “Permainan tradisional merupakan permainan yang telah dimainkan oleh anak-anak yang bersumber dari suatu daerah secara tradisi, yaitu permainan tersebut diwarisi dari generasi yang satu ke generasi berikutnya”. Kendala yang sering terjadi pada pembelajaran permainan tradisional adalah semakin hilangnya permainan tradisional karena para anak sudah diberikan gadget sejak kecil sehingga mereka menjadi ketergantungan terhadap gadget tersebut. Menurut Harfiyanto (dalam Pertiwi, Sanubari, dan Putra 2018) *gadget* merupakan “salah satu barang canggih yang menyajikan berbagai aplikasi baik itu jejaring sosial, media berita dan juga hiburan bagi para pengguna”. (hlm. 29). Faktor lainnya yang menyebabkan tersingkirnya permainan tradisional adalah kurangnya edukasi dari para masyarakat kepada anak-anak tentang permainan tradisional, seperti yang terjadi di wilayah Kabupaten Cirebon. mereka tidak pernah diajarkan bagaimana cara memainkan permainan tradisional oleh keluarga mereka.

Para orang tua atau saudara-saudara mereka yang sudah dewasa hanya menceritakan saja tentang permainan tradisional yang sering mereka lakukan saat mereka kecil. Pengetahuan yang kurang mengenai permainan tradisional akan menyebabkan permainan tradisional tersebut semakin menghilang.

Sekolah dasar merupakan jenjang pendidikan yang penting untuk menunjang pendidikan nasional. Oleh karena itu, dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan nasional, harus dilakukan upaya peningkatan mutu sekolah dasar. Kedudukan sekolah dasar sangat penting karena: (1) Selama di sekolah dasar, siswa memperoleh keterampilan dan kemampuan dasar untuk mengantisipasi masalah sehari-hari, termasuk literasi olahraga dan keterampilan hidup; (2) Dari wawancara dengan kepala sekolah dasar negeri 1 Pamijahan kabupaten Cirebon tersebut, peneliti mendapatkan bahwa permainan tradisional khas kabupaten Cirebon yang disebutkan hanya permainan yang dilakukan oleh kerajaan pada zaman dahulu. Karena hal tersebut, peneliti memutuskan untuk mewawancarai salah satu guru olahraga di sekolah dasar negeri 1 Pamijahan untuk mencari tahu tentang permainan tradisional khas yang biasa dilakukan oleh siswa pada umumnya. “Ada banyak permainan jaman dulu mba, ada meong jebot, ada tunggaleong, ada basket, bon-bonan, ada boy-boyan juga. Beda ya bon-bonan sama boy-boyan”.

Selain dari pemerintah, seharusnya upaya melestarikan permainan tradisional juga dilakukan oleh masyarakat. Namun, karena kurangnya edukasi dari masyarakat tentang permainan tradisional kepada anak seperti yang terjadi di wilayah Cirebon, cara lain untuk memperkenalkan permainan tradisional kepada anak adalah melalui pembelajaran di sekolah. Hal ini diperkuat dengan Undang-Undang Nomor 05 tahun 2017 tentang pemajuan kebudayaan yang berbunyi “Pemerintah Pusat dan/atau Pemerintah Daerah melakukan pengarusutamaan Kebudayaan melalui pendidikan untuk mencapai tujuan Pemajuan Kebudayaan”, dimana permainan tradisional adalah salah satu budaya yang harus dilestarikan. Guru-guru harus bisa menyelipkan permainan tradisional kedalam kegiatan pembelajaran terutama dalam pembelajaran olahraga.

Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa keterbatasan materi tentang permainan tradisional menyebabkan permainan tradisional sangat jarang diselipkan kedalam pembelajaran olahraga oleh guru. Padahal, Indonesia memiliki beragam permainan tradisional karena setiap daerahnya dari sabang sampai merauke memiliki permainan tradisionalnya masing-masing, termasuk Kabupaten Cirebon. Namun selain keterbatasan materi, perlu diselidiki juga faktor lain yang menyebabkan guru-guru sekolah dasar khususnya guru olahraga tidak memasukan permainan tradisional ke dalam proses pembelajaran, lalu dari beberapa anak di tingkat sekolah dasar kecamatan Plumbon, melihat karakteristik anak Sekolah Dasar yang gemar bermain seharusnya permainan tradisional ini bisa berkembang di kegiatan pembelajaran khususnya pembelajaran olahraga atau di kegiatan luangnya atau diwaktu bermainnya. Hanya saja pada jaman era globalisasi ini permainan tradisional ini dikalahkan oleh permainan berbasis teknologi terlihat pada saat mengisi waktu luang anak anak lebih dominan memainkan *gadgetnya*.

Dari permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Analisis Permainan Tradisional Di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebagaimana diuraikan di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana sejarah dan perkembangan permainan tradisional yang ada di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan?
2. Bagaimana pengimplementasian permainan tradisional dalam proses pembelajaran olahraga di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan ?
3. Bagaimana kendala dalam pengimplementasian permainan tradisional dalam proses pembelajaran olahraga di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan?

1.3 Definisi Operasional

Definisi operasional secara sistematis menguraikan yang sesuai dengan variabel yang di angkatnya, yaitu :

1. Analisis

Menurut KBBI, analisis adalah “penyelidikan terhadap suatu peristiwa (karangan, perbuatan, dan sebagainya) untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya (sebab-musabab, duduk perkaranya, dan sebagainya)”.

Analisis dalam penelitian ini adalah Analisis Permainan Tradisional di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan di Wilayah Kabupaten Cirebon.

2. Permainan tradisional

Permainan tradisional merupakan permainan yang telah dimainkan oleh anak-anak yang bersumber dari suatu daerah secara tradisi, yaitu permainan tersebut diwarisi dari generasi yang satu ke generasi berikutnya (Prasetio & Praramdana, 2020).

3. Sekolah Dasar

Sekolah Dasar merupakan anak usia mulai 7 tahun sampai 13 tahun. Sesuai dengan karakteristiknya, anak usia sekolah dasar memiliki perkembangan fisik yang begitu pesat, dalam arti pada masa inilah seharusnya kemampuan fisik anak ditempa supaya pada masa berikutnya mereka mampu mengaplikasikan gerakan yang lebih kompleks (Didi Yudha Pranata & Tuti Sarwita, 2019).

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah penulis kemukakan di atas maka tujuan penulis melakukan penelitian ini sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui sejarah dan perkembangan permainan tradisional yang ada di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan
2. Untuk mengetahui pengimplementasian permainan tradisional dalam proses pembelajaran olahraga di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan
3. Untuk mengetahui kendala dalam pengimplementasian permainan tradisional dalam proses pembelajaran olahraga di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis maupun praktis. Uraian manfaat penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat di jadikan sebagai referensi, pengetahuan dan bahan pustaka tentang permainan tradisional yang ada di Sekolah Dasar Negeri 1 Pamijahan dan pengimplementasiannya permainan tradisional dalam proses pembelajaran olahraga di Sekolah Dasar.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan masukan dan motivasi kepada guru untuk menerapkan permainan tradisional terutama permainan tradisional daerah Kabupaten Cirebon kedalam pembelajaran sebagai upaya untuk melestarikan dan mengenalkan permainan tradisional kepada peserta didik. Selain itu juga agar peserta didik tidak jenuh dan dapat mudah memahami materi yang sedang dipelajari.