

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permainan tradisional merupakan bagian tak terpisahkan dari warisan budaya suatu masyarakat. Sejak zaman dahulu, manusia telah menciptakan dan mengembangkan berbagai macam permainan yang tidak hanya menyediakan hiburan, tetapi juga menjadi sarana untuk memperkuat nilai-nilai sosial, kebersamaan, dan keterampilan fisik. Permainan tradisional mencerminkan kekayaan kebudayaan suatu bangsa dan menjadi bagian integral dalam proses pewarisan nilai-nilai dari generasi ke generasi. Hal ini selaras pendapat (Mantashiah et al., 2018), bahwa Permainan tradisional tidak boleh diabaikan begitu saja, karena di dalamnya terdapat nilai-nilai budaya yang telah diwariskan oleh leluhur dan harus dijaga keberadaannya.

Permainan tradisional dapat dikelompokkan menjadi tiga kategori, yakni permainan rekreasi, permainan kompetitif, dan permainan edukatif (Kurniawan, 2019). Permainan tradisional cenderung melibatkan gerakan tubuh secara aktif, memungkinkan siswa untuk mengembangkan koordinasi mata-tangan, keseimbangan, kekuatan, kecepatan, daya ledak, dan ketangkasan. Siswa dapat meningkatkan kemampuan motorik dengan berpartisipasi dalam permainan tradisional. Kemampuan motorik merupakan fondasi penting dalam perkembangan fisik dan kesehatan siswa tingkat Sekolah Dasar (SD). Seiring dengan pertumbuhan siswa, kemampuan motorik mencakup keterampilan gerakan kasar dan halus yang diperlukan untuk menjalani kehidupan sehari-hari.

Kemampuan motorik kasar melibatkan gerakan tubuh besar, seperti berjalan, berlari, dan melompat. Sementara itu, kemampuan motorik halus mencakup gerakan yang memerlukan koordinasi tangan dan mata, seperti menulis dan menggambar. Kedua aspek ini bekerja bersama untuk membentuk fondasi keterampilan motorik yang kompleks dan berkembang seiring waktu.

Karakteristik siswa usia Sekolah Dasar (SD) adalah anak yang berusia 6 sampai 12 tahun. Siswa dibagi menjadi dua bagian, yaitu kelas rendah yang berumur 6-9 tahun dan kelas tinggi yang berumur 10-12 tahun. Siswa pada kelas rendah sering menunjukkan variasi besar dalam kemampuan motorik kasar dan halus. Siswa pada tingkat ini sedang dalam tahap membangun dasar keterampilan motorik, termasuk keterampilan berjalan, melompat, menangkap, dan melempar. Sebaliknya, siswa pada kelas tinggi memiliki keterampilan motorik yang lebih kompleks. Selain itu juga, kemampuan motorik berperan penting terhadap perkembangan siswa karena mencakup keterampilan gerakan kasar dan halus yang mendasar. Lingkungan SD Negeri 5 Kikim Timur melalui program ekstrakurikuler, diantaranya: paduan suara, *marching band*, bolavoli, bolabasket, sepakbola, dan atletik. Ekstrakurikuler atletik telah menjadi salah satu wahana yang sangat potensial untuk membentuk dan meningkatkan kemampuan motorik siswa. Ekstrakurikuler atletik tidak hanya berfokus pada pengembangan fisik, tetapi juga memperhatikan aspek-aspek seperti kerjasama tim, disiplin, dan pengembangan karakter.

Atletik adalah aktivitas fisik atau olahraga yang melibatkan gerakan dasar dinamis dan harmonis seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Selain

itu, atletik juga membantu meningkatkan berbagai kemampuan biomotorik seperti kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi, dan lainnya (Purnomo & Dapan, 2017). Atletik pada umumnya dibagi menjadi tiga kelompok besar yaitu: lari, lompat dan lempar. Nomor lompat mencakup berbagai cabang, termasuk lompat tinggi, lompat jauh, lompat galah, dan *triple jump*. Masing-masing cabang ini memerlukan kombinasi keterampilan teknis, koordinasi tubuh yang luar biasa, dan kekuatan otot yang dapat menghasilkan lompatan yang optimal. Oleh karena itu, nomor lompat tidak hanya melibatkan aspek kecepatan dan kekuatan, tetapi juga memerlukan kehalusan gerak dan presisi teknik yang tinggi.

Ekstrakurikuler atletik nomor lompat jauh di SD Negeri 5 Kikim Timur memiliki peran penting dalam mengembangkan bakat atletik, memupuk semangat kebersamaan, serta memberikan alternatif kegiatan yang sehat dan bermanfaat bagi siswa di luar lingkungan kelas. Program ini bukan hanya memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengasah keterampilan lompat jauh, tetapi juga membawa dampak positif dalam hal perkembangan fisik, mental, dan sosial. Namun, dalam pelaksanaannya menurut pengamatan peneliti diidentifikasi siswa peserta ekstrakurikuler lompat jauh SD Negeri 5 Kikim Timur mengalami kesulitan dalam mengembangkan keterampilan dasar yang diperlukan untuk lompat jauh, seperti teknik melompat, koordinasi tubuh, kekuatan otot, dan daya ledak otot tungkai.

Permasalahan lainnya adalah siswa SD Negeri 5 Kikim Timur melakukan beberapa kesalahan, diantaranya: teknik awalan, posisi melompat, koordinasi gerakan lengan dan kaki, *take-off* yang tidak efektif, kurangnya keseimbangan dan

stabilitas, serta ketidaksesuaian langkah. Kesalahan dalam melakukan teknik awalan nampak dari langkah-langkah lari yang tidak seimbang atau posisi tubuh yang tidak tepat dapat mengurangi kecepatan dan kekuatan yang dibutuhkan untuk melompat jauh. Berikutnya posisi melompat yang kurang optimal, dimana kesalahan terjadi ketika mempertahankan posisi tubuh yang seimbang, terutama pada saat fase *take-off*. Kemudian kesalahan dalam mengayunkan lengan atau melibatkan kaki yang tidak terlibat secara efektif dapat mengurangi daya dorong yang dihasilkan. Kurangnya daya dorong atau kesalahan dalam penggunaan otot kaki saat melompat dapat mengurangi kecepatan vertikal yang diperlukan untuk lompatan yang optimal. Setelah itu kesalahan dalam mempertahankan keseimbangan dapat mengakibatkan lompatan yang tidak stabil atau bahkan jatuh setelah mendarat. Kesalahan terakhir adalah kesulitan dalam menyesuaikan panjang langkah dengan kecepatan lari dan gaya lompatan.

Permasalahan di atas juga pernah diungkapkan (Jospiah, 2017), bahwa siswa kurang aktif dalam bergerak khususnya saat mengikuti mata pelajaran olahraga pokok bahasan atletik lompat jauh. Berikutnya (Sobarna & Hambali, 2020) mengungkapkan bahwa guru Pendidikan Jasmani yang dalam melakukan proses pembelajaran atletik masih mengadopsi metode atau model pembelajaran yang tradisional dan cenderung monoton sehingga membuat para siswa kurang termotivasi dan malas dalam menjalani proses pembelajaran, dan mengakibatkan penurunan hasil belajar lompat jauh. Demikian juga menurut (Subahtiar, 2021) bahwa peserta didik di Sekolah Dasar seringkali mengalami rintangan atau kesulitan dalam mengikuti pelajaran lompat jauh, sehingga nilai rata-rata yang

diperoleh kurang memuaskan, hanya mencapai 70 atau di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) PJOK sebesar 75.

Berdasarkan permasalahan di atas, untuk meningkatkan hasil pembelajaran khususnya keterampilan lompat jauh siswa yang sesuai dengan KKM, maka seorang guru Pendidikan Jasmani harus lebih kreatif dan inovatif dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan di sekolah tersebut dengan permainan tradisional seperti lompat tali dan *engklek*, yang diharapkan dapat meningkatkan prestasi lompat jauh. Sebagaimana hasil studi (Shandi, 2018) menyimpulkan bahwa ada pengaruh gerak motorik kasar pada permainan lompat tali terhadap prestasi siswa putra dalam lompat jauh. Demikian juga studi (Bire & Bete, 2023) menyatakan bahwa permainan tradisional lompat tali meningkatkan hasil lompat jauh. Sementara studi (Ismail et al., 2018) menyimpulkan bahwa ada pengaruh permainan tradisional *engklek* terhadap peningkatan kemampuan lompat jauh tanpa awalan. Sedangkan studi (Putra et al., 2019) juga menyimpulkan bahwa ada pengaruh pembelajaran permainan *engklek* terhadap hasil belajar lompat jauh.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbaruan (*novelty*) yang dapat memberikan kontribusi pada pemahaman tentang hubungan antara permainan tradisional, kemampuan motorik, dan keterampilan lompat jauh siswa Sekolah Dasar. Beberapa aspek yang dianggap sebagai keterbaruan dari penelitian ini melibatkan penggabungan permainan tradisional yang beragam, analisis terhadap pengaruh permainan tradisional, dan kaitan antara permainan tradisional dan keterampilan motorik. Dengan mengeksplorasi keterkaitan ini, penelitian ini dapat

memberikan wawasan lebih mendalam tentang bagaimana permainan tradisional dapat berkontribusi pada perkembangan keterampilan motorik dan lompat jauh.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengadakan penelitian yang berjudul: **“Pengaruh Permainan Tradisional dan Kemampuan Motorik terhadap Keterampilan Lompat Jauh Siswa Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi permasalahan di Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur sebagai berikut:

1. Siswa melakukan kesalahan dalam gerakan teknik dasar lompat jauh, diantaranya: teknik awalan, posisi melompat, koordinasi gerakan lengan dan kaki, *take-off* yang tidak efektif, kurangnya keseimbangan dan stabilitas, serta ketidaksesuaian langkah.
2. Kemampuan motorik kasar anak belum optimal khususnya pada kemampuan anak dalam melompat. Hal ini dilihat ketika anak melakukan lompatan anak masih ragu-ragu dalam melakukan kegiatan motorik
3. Ketika melakukan kegiatan anak kurang percaya diri dalam melakukan kegiatan motorik kasar. Kepercayaan diri anak dilihat ketika anak melakukan kegiatan anak masih sulit untuk melakukan dan terkadang harus dibujuk guru
4. Guru kurang mengembangkan kegiatan pembelajaran pada motorik kasar.
5. Kurang optimalnya kegiatan motorik kasar, kegiatan yang menunjang unsur motorik kasar khususnya kekuatan dan keseimbangan. Kegiatan motorik kasar hanya dilakukan di dalam kelas saja.

1.3 Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang berhubungan dengan topik penelitian ini, perlu adanya pembatasan masalah agar permasalahan yang diteliti terfokus dan terselesaikan dengan baik. Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka peneliti membatasi masalah pada permainan tradisional (lompat tali dan *engklek*), kemampuan motorik dan lompat jauh pada anak kelas V dan VI di Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah adalah bagian penting dari suatu penelitian yang mengidentifikasi permasalahan utama yang ingin diselesaikan atau diteliti. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan diatas, maka dapat digambarkan pola penulisan perumusan masalah penelitian seperti berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan keterampilan lompat jauh antara siswa yang mengikuti permainan *engklek* dengan yang mengikuti permainan lompat tali di Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur?
2. Apakah terdapat pengaruh interaksi antara permainan tradisional dengan kemampuan motorik terhadap keterampilan lompat jauh siswa Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur?
3. Apakah terdapat perbedaan keterampilan lompat jauh antara siswa berkemampuan motorik tinggi yang mengikuti permainan *engklek* dengan permainan lompat tali di Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur?
4. Apakah terdapat perbedaan keterampilan lompat jauh antara siswa berkemampuan motorik rendah yang mengikuti permainan *engklek* dengan permainan lompat tali di Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan panduan atau sasaran yang ingin dicapai melalui penyelidikan suatu topik atau permasalahan tertentu. Tujuan penelitian harus spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan terbatas pada ruang lingkup penelitian yang dilakukan. Tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui perbedaan keterampilan lompat jauh antara siswa yang mengikuti permainan *engklek* dengan yang mengikuti permainan lompat tali di Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur.
2. Mengetahui pengaruh interaksi antara permainan tradisional dengan kemampuan motorik terhadap keterampilan lompat jauh siswa Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur.
3. Mengetahui perbedaan keterampilan lompat jauh antara siswa berkemampuan motorik tinggi yang mengikuti permainan *engklek* dengan lompat tali di Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur.
4. Mengetahui perbedaan keterampilan lompat jauh antara siswa berkemampuan motorik rendah yang mengikuti permainan *engklek* dengan lompat tali di Sekolah Dasar Negeri 5 Kikim Timur.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dapat dilihat dari dua aspek utama, yaitu aspek praktis dan teoritis. Hasil penelitian ini dapat diambil manfaat penelitian sebagai berikut :

1. Secara teoritis
 - a. Diharapkan penelitian ini dapat sebagai acuan dan meningkatkan permainan-permainan tradisional dan kemampuan motorik dalam

melaksanakan pembelajaran khususnya meningkatkan keterampilan lompat jauh siswa

- b. Penelitian ini dapat menjadi tambahan berharga pada literatur ilmiah yang berkaitan dengan pengaruh permainan tradisional dan kemampuan motorik terhadap keterampilan motorik dan olahraga pada anak-anak.
- c. Hasil penelitian dapat memberikan sumbangan terhadap pengembangan teori di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, dengan memperjelas hubungan antara permainan tradisional, kemampuan motorik, dan keterampilan lompat jauh.
- d. Temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut dalam bidang yang sama atau terkait, membuka peluang untuk eksplorasi lebih mendalam tentang pengaruh aktivitas tradisional terhadap perkembangan anak.

2. Secara praktis

- a. Bagi peneliti, dapat memberikan wawasan praktis tentang sejauh mana permainan tradisional dan kemampuan motorik dapat meningkatkan keterampilan lompat jauh siswa. Informasi ini dapat digunakan untuk merancang program pelatihan yang lebih efektif.
- b. Bagi guru Pendidikan Jasmani, dapat menggunakan hasil penelitian sebagai panduan untuk merancang kegiatan yang lebih bermanfaat untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh dan kemampuan motorik anak-anak.

- c. Bagi anak didik, melalui permainan tradisional dan aktivitas motorik dapat mengalami peningkatan dalam kesehatan dan kebugaran fisik. Hal ini dapat membantu dalam mengurangi risiko obesitas dan meningkatkan tingkat kebugaran secara keseluruhan.