

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Pada dasarnya gerakan dasar pada manusia adalah gerakan berjalan, berlari, dan melompat. Sebagaimana dikemukakan oleh Yudha (2008: 21) bahwa “Kemampuan gerak dasar merupakan gerak dasar yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup”. Kemampuan gerak dasar di bagi menjadi 3, yaitu gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif.

- 1) Gerak dasar lokomotor artinya suatu kemampuan yang digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh keatas lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya yang termasuk gerakan lokomotor adalah berjalan, berlari, melompat, meluncur.
- 2) Gerak dasar nonlokomotor adalah suatu kemampuan individu beraktivitas tanpa harus memindahkan posisi tubuh dari satu tempat ke tempat yang lainnya. Contoh gerakan nonlokomotor adalah menekuk, meregang, mendorong, menarik, mengangkat, menurunkan melipat..
- 3) Gerak dasar manipulatif adalah kemampuan individu melakukan aktivitas dengan merekayasa obyek bentuk - bentuk kemampuan manipulatif terdiri dari : gerakan mendorong (melempar,memukul menendang), gerakan menerima (menagkap) obyek adalah kemampuan penting yang

Yayang Krisnayati, 2012

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Berlari Dan Melompat Anak Usia 6-8 Tahun

Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu

dapat diajarkan dengan menggunakan bola karet (bola medis) atau macam – macam bola yang lainnya.

Berlari merupakan perluasan dari berjalan (Yudha 2008: 4.26). Gerak dasar lari dan lompat merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan pada usia anak sekolah dasar atau usia 6-8th. Gerak dasar lokomotor merupakan dasar macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan, latihan, dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan benar dan baik.

Namun yang menjadi permasalahannya sekarang adalah bagaimana cara menanamkan dan mengembangkan bentuk-bentuk gerak dasar yang telah dimilikinya itu, agar dapat dilakukan dengan benar dan baik, karena pada dasarnya anak usia 6-8th cenderung lebih masih belum bisa melakukan gerakan berlari dan melompat dengan baik.

Menurut Sukintaka (1992: 41) dalam Yudanto (2005: 69) karakteristik jasmani dan tahap perkembangan motorik anak umur 6-8tahun (kelas I-III) adalah sebagai berikut: Karakteristik jasmani anak umur 6-8 tahun (kelas I dan II) antara lain;

- 1) Waktu reaksi lambat, koordinasi jelek, membutuhkan banyak variasi otot besar, senang kejar-mengejar, berkelahi, berburu, dan memanjat,
- 2) Aktif, energik dan senang kepada suara berirama,
- 3) Tulang lembek dan mudah berubah bentuk,
- 4) Jantung mudah dalam keadaan yang membahayakan,
- 5) Rasa untuk mempertimbangkan dan pemahaman berkembang,

- 6) Koordinasi mata dan tangan berkembang, masih tetap belum dapat menggunakan otot-otot halus dengan baik,
- 7) Kesehatan umum tidak menentu, mudah terpengaruh terhadap penyakit, dan daya perlawanannya rendah.

Sedangkan pada umur 6-8 tahun tahap kemampuan motoriknya antara lain:

- 1) Keterampilan dalam menggunakan mekanika tubuh yang baik dalam berbaring, duduk, berjalan, dan berlari.
- 2) Mengembangkan keseimbangan tendo otot dan kekuatan otot untuk membentuk tubuh yang layak dan benar,
- 3) Mengembangkan keterampilan dan reaksi,
- 4) Mengembangkan latihan kekuatan, kecepatan, kelincahan, dan daya tahan untuk berpartisipasi dalam aktivitas.

Pada dasarnya anak-anak usia Sekolah Dasar membutuhkan banyak keterampilan gerak, maka dari itu salah satu cara untuk melatih keterampilan gerak tersebut adalah dengan cara memberikan permainan tradisional yang mempunyai manfaat sangat besar untuk perkembangan kemampuan gerak dasar motorik anak karena dengan permainan tradisional anak sudah melatih perkembangan motoriknya dengan berlari, jongkok, mengelak, melompat.

Permainan tradisional mempunyai manfaat yang cukup besar, terutama bagi perkembangan kemampuan anak, seperti perkembangan emosi, fisik atau motorik, kognitif, serta perkembangan sosial. Permainan tradisional sangat menunjang perkembangan kemampuan motorik anak. Gerak yang cukup banyak

membuat anak lebih aktif. Dikatakan Shelomita dalam wawancaranya dengan salah satu media massa mengatakan bahwa, permainan tradisional yang dulu sering dimainkan pada waktu kecil, seperti congklak, petak umpet, bola bekel, taplak gunung atau karet. Permainan tradisional merupakan kegiatan yang sesuai bagi anak-anak untuk melatih kemampuan motorik mereka. Kemampuan motorik yang baik sangat diperlukan anak-anak dalam masa pertumbuhan mereka. "Ini disebabkan permainan tradisional mengharuskan anak-kanak untuk menggerakkan seluruh anggota tubuhnya dengan berlari, melompat, berjongkok, dan menjaga keseimbangan," sebut Shelomita yang sedang disibukkan dengan mengurus dan mengembangkan "Langkahku" Child & Family Educare- Home Education sejak tahun 2002. Pada umumnya, permainan tradisional mendorong para pemainnya untuk bergerak, seperti melompat, berlari, menari, berputar, dan gerakan-gerakan.

Namun pada zaman sekarang kebanyakan anak-anak lebih tertarik memainkan permainan modern seperti game online yang cenderung lebih banyak duduk dan kurang bergerak, dibandingkan dengan permainan tradisional yang mempunyai banyak manfaat terhadap kemampuan gerak dasar motorik berlari dan melompat.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa anak pada zaman sekarang ini cenderung lebih senang dan sering memainkan permainan game online yang cenderung diam dan aktifitas fisiknya kurang gerak. Sebuah penelitian pernah dilakukan oleh *Kaiser Family Foundation* terhadap 2.032 anak-anak dengan usia antara 3 tahun sampai 12 tahun mengenai seberapa sering anak-anak tersebut bermain video games atau game di komputer. Ternyata didapatkan 73 persen anak

Yayang Krisnayati, 2012

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Berlari Dan Melompat Anak Usia 6-8 Tahun

Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu

laki-laki berusia 8 tahun sampai 10 tahun rata-rata bermain game satu jam per hari dan hampir 68 persen anak usia 12 tahun sampai 14 tahun rata-rata bermain game 3 jam per hari dan untuk usia 17 tahun ke atas rata-rata bermain game lebih dari 3 jam perhari.

Rusli Lutan (2001: 21) menyatakan bahwa “kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari”. Melalui aktivitas bermain, sangatlah tepat untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak di Sekolah Dasar, karena pada dasarnya dunia anak-anak adalah bermain.

Salah satu permainan yang dapat digunakan dalam mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti berlari dan melompat adalah permainan tradisional karena dalam permainan tradisional banyak terdapat unsur gerak fisik seperti berlari, mengelak, melompat. Selain itu permainan tradisionalpun banyak memberikan manfaat terhadap perkembangan anak, maka tidak dapat diremehkan sumbangan dari pembelajaran permainan ini dalam khasanah pendidikan jasmani, seperti yang dikemukakan oleh Laksono dkk (2006: 2) yaitu sebagai berikut :

Persyaratan tehnik yang ada didalam permainan tradisional ini diantaranya:

- 1) Kekuatan tubuh
- 2) Kelenturan tubuh
- 3) Kecepatan gerak
- 4) Kemampuan reaksi (kecepatan dan ketepatan)

Permainan tradisional merupakan permainan yang telah di mainkan oleh anak-anak pada suatu daerah tertentu secara tradisi. Yang di maksud tradisi disini adalah permainan ini telah diwariskan dari generasi yang satu ke generasi berikutnya. Pada waktu sekarang ini mungkin sekali permainan itu tidak lagi di mainkan oleh anak-anak. Permainan yang merupakan hasil budi daya manusia pada masa lampau itu, sebenarnya telah menggairahkan anak untuk bersenang-senang dan mempunyai pengaruh yang sangat bermakna pada perkembangan anak-anak.

Permainan tradisional sudah di kenalkan sejak nenek moyang kita dulu. Permainan ini tidak memerlukan biaya, bahkan sangat mudah di mainkannya. Berbagai olahraga tradisional yang dikenal di Indonesia mungkin dapat diklasifikasikan kedalam 4 bentuk, seperti yang dikemukakan oleh Laksono dkk (2006: 2) yaitu sebagai berikut:

1. Olahraga untuk seorang diri contoh : olahraga panjat tiang/pohon, olahraga loncat batu yang terdapat di pulau Nias, akrobatik serta peregangan kekebalan.
2. Olahraga berpasangan / berlawanan contoh : perang pandan, pencak silat, adu kepala antara dua orang seperti di kabupaten Bima
3. Olahraga pacu contoh : karapan sapi di Madura, pacuan kuda di NTT dan lomba dayung di berbagai daerah.
4. Olahraga tanding beregu contoh : sepak raga yang berasal dari sulawesi selatan.

5. Olahraga kelompok bergilir contoh : permainan –permainan di pulau Jawa seperti sondah-mandah / taplak, sumbar suru dan lain – lain.

Permainan-permainan tradisional di atas banyak memiliki nilai positif, misalnya anak menjadi banyak bergerak sehingga terhindar dari masalah obesitas anak. Sosialisasi mereka dengan orang lain akan semakin baik karena dalam permainan dimainkan oleh minimal 2 anak. Selain itu, dalam permainan berkelompok mereka juga harus menentukan strategi, berkomunikasi dan bekerja sama dengan anggota tim.

Adapun kendala yang menyebabkan anak- anak pada zaman sekarang tidak bermain permainan tradisional adalah terbatasnya lapangan di kota-kota besar, sementara banyak permainan yang memerlukan arena yang luas. Kendala besar lainnya adalah karena larangan dari orang tua. Mereka takut anak-anak mereka terluka, kotor atau kulit anak menjadi terbakar karena bermain di lapangan terbuka. Hasilnya, banyak orang tua yang memberikan mainan elektronik yang disukai anak dan menyuruh anak menonton televisi. Padahal permainan ini cenderung membuat anak sulit bersosialisasi sehingga anak menjadi pemalu, penyendiri dan individualistis juga makin banyak anak menjadi obesitas karena kurang bergerak.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh G.D. Kopelman terhadap anak Amerika pada tahun 2000 menunjukkan, mereka yang menonton televisi 5 jam per hari mempunyai risiko obesitas sebesar 5,3 kali lebih besar dibanding mereka yang menonton televisi 2 jam per hari.

Yayang Krisnayati, 2012

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Berlari Dan Melompat Anak Usia 6-8 Tahun

Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu

Berdasarkan pemaparan dan uraian latar belakang, maka penulis mencoba memecahkan permasalahan yang terkait dengan pola aktivitas kurang gerak yang kian berkembang di masyarakat, terutama pada anak usia kelas 1, 2, dan 3 SD atau usia 6-8th. Dengan pemikiran bahwa, permainan tradisional dapat membuat anak menjadi tidak malas untuk melakukan aktivitas fisik dan terhindar dari obesitas yang mengakibatkan kemampuan gerak dasar berlari dan melompatnya tidak maksimal. Dalam hal ini penulis mencoba mengkaji mengenai “Pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan gerak dasar berlari dan melompat anak usia 6-8th”. Dengan harapan bahwa pola aktivitas kurang gerak pada usia anak SD atau 6-8th dapat diminimalisir.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Apakah terdapat pengaruh permainan tradisional kucing-kucingan terhadap kemampuan gerak dasar berlari dan melompat pada anak usia 6-8 tahun?

C. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

Untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional kucing-kucingan terhadap kemampuan gerak dasar berlari dan melompat pada anak usia 6-8tahun.

Yayang Krisnayati, 2012

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Berlari Dan Melompat Anak Usia 6-8 Tahun

Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu

D. Manfaat penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan tersebut, hasil penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Secara teoritis dapat menambah ilmu dan pemahaman bagi pihak terkait tentang pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan gerak dasar berlari dan melompat pada anak usia 6-8th;
2. Sebagai sumbangan keilmuan bagi perpustakaan FPOK UPI;
3. Secara praktis bagi sekolah, guru, dan siswa SDN Kayuambon I Lembang, agar lebih dapat mengembangkan bentuk pembelajaran penjas agar perkembangan gerak anak maksimal.