

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Setiap individu dilahirkan berbeda satu dengan yang lainnya, mereka memiliki keunikan masing-masing. Anak kembar yang terlahir dari satu sel telur sama pun tidak akan sama persis karena memiliki keunikan masing-masing. Mereka memiliki potensi-potensi pada dirinya yang dapat diaktualisasikan atau direalisasikan sehingga potensi tersebut menjadi suatu kemampuan yang nyata (*konkret*). Untuk mewujudkan semua hal itu tidak mudah, karena kehidupan pada masa anak terdapat berbagai pengaruh khususnya berkaitan dengan diterimanya rangsangan (*stimulus*) dan perlakuan dari lingkungannya. Orang tua, para pendidik dan lingkungan memiliki peranan dan fungsi yang sangat penting dalam mengarahkan dan meningkatkan potensi diri yang telah Allah SWT karuniakan pada diri sang anak. Setiap orang tua mendambakan memiliki anak yang cerdas. Berbagai cara dilakukan agar potensi kecerdasan anak dapat meningkat sehingga potensinya dapat dimaksimalkan, misalnya orangtua menyalurkan bakat dan minat sang anak sesuai potensi yang dimilikinya.

Namun ada sebagian orang tua dalam proses mendidik anak-anaknya lebih mengedepankan paksaan, ancaman, tekanan bahkan kontak fisik. Sikap menghargai potensi anak dan perasaannya kurang dipertimbangkan sehingga dampak dari kesalahan pengelolaan tersebut dapat kita lihat pada perilaku

sebagian anak-anak, remaja dan masyarakat yang cenderung mudah emosi, beringas, bahkan mudah melakukan pengrusakan.

Banyak kasus yang diberitakan melalui media masa baik cetak maupun elektronik yang menggambarkan pendidikan kurang terpuji tersebut. Salah satunya adalah yang dikemukakan Kompas dikutip oleh Safari dan Saputra (2009:3) yaitu tentang kasus percobaan bunuh diri pada seorang anak

AMS (14 tahun), siswa kelas VI SD itu nekat mengakhiri hidupnya di usia muda dengan gantung diri dan juga minum racun tikus pada awal Juni 2004. Saat ditanya alasannya, AMS yang telah dirawat beberapa lama di rumah sakit dapat sehat kembali seperti sediakala, mengaku malu. Rasa malu itu diakibatkan oleh karena orangtuanya tak bisa menyediakan uang sebesar Rp.150.000 untuk membayar ujian akhir, biaya perpisahan, dan menebus ijazah.

Berdasarkan pemaparan masalah di atas terindikasi adanya perasaan malu yang sangat berat mendorong si anak untuk melakukan percobaan bunuh diri guna melepaskan diri dari perasaan yang dialaminya. Rasa malu itu mengakibatkan terjadinya tekanan emosi yang tidak dapat dikendalikan sehingga mendorong individu melakukan tindakan yang lebih nekat.

Beberapa kasus lainnya adalah yang dikemukakan oleh Mashar (2011:2) dari Global Petang tentang bagaimana ‘bocah usia delapan tahun meninggal dengan cara gantung diri di tali jemuran rumahnya setelah dimarahi guru di sekolah, karena belum memotong kuku jari’. Selanjutnya Mashar (2011:2) mengemukakan kasus lainnya yang dikutip dari Antara News tentang ‘seorang pelajar SMP nyaris bunuh diri karena ejekan teman-temannya di sekolah dengan sebutan anak tukang bubur’. Jika kita mengamati beberapa kasus yang telah

dipaparkan, penyebab terjadinya kasus percobaan bunuh diri pada anak-anak tersebut dilatarbelakangi oleh masalah-masalah yang berat bahkan terkesan sepele bagi orang yang berpikir rasional.

Perilaku menyimpang pada anak, seperti berbagai kasus yang telah dijabarkan di atas merupakan salah satu indikasi ketidaksiapan anak menyikapi kondisi lingkungan sekitarnya. Timbulnya rasa kecewa, malu, marah, dan perasaan-perasaan negatif lain yang bersifat *destruktif* bisa jadi bersumber pada ketidakmampuan anak untuk mengenali dan mengelola emosi serta memotivasi diri.

Sehubungan dengan hal itu, anak sebagai generasi penerus perlu dibekali kemampuan untuk mengoptimalkan seluruh potensi yang dimiliki dan meminimalkan kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya. Guru dan orang tua sebagai orang dewasa di sekitar anak, memegang peranan penting dalam mengoptimalkan potensi anak, baik secara fisik, kognitif, spiritual maupun emosional. Menurut teori perkembangan Feldman dan Santrock yang dikutip oleh Mashar (2011:4) menyatakan bahwa 'periode anak merupakan tahap awal kehidupan individu yang akan menentukan sikap, nilai, perilaku dan kepribadian individu di masa depan'. Merujuk pada penjelasan tersebut bahwa masa anak-anak adalah masa penentuan dirinya untuk menjadi seseorang yang berguna. Namun sayangnya, perhatian terhadap pentingnya periode anak sebagai masa kritis bagi tumbuh kembang anak, khususnya sebagai fase kritis perkembangan emosi di Indonesia belum optimal.

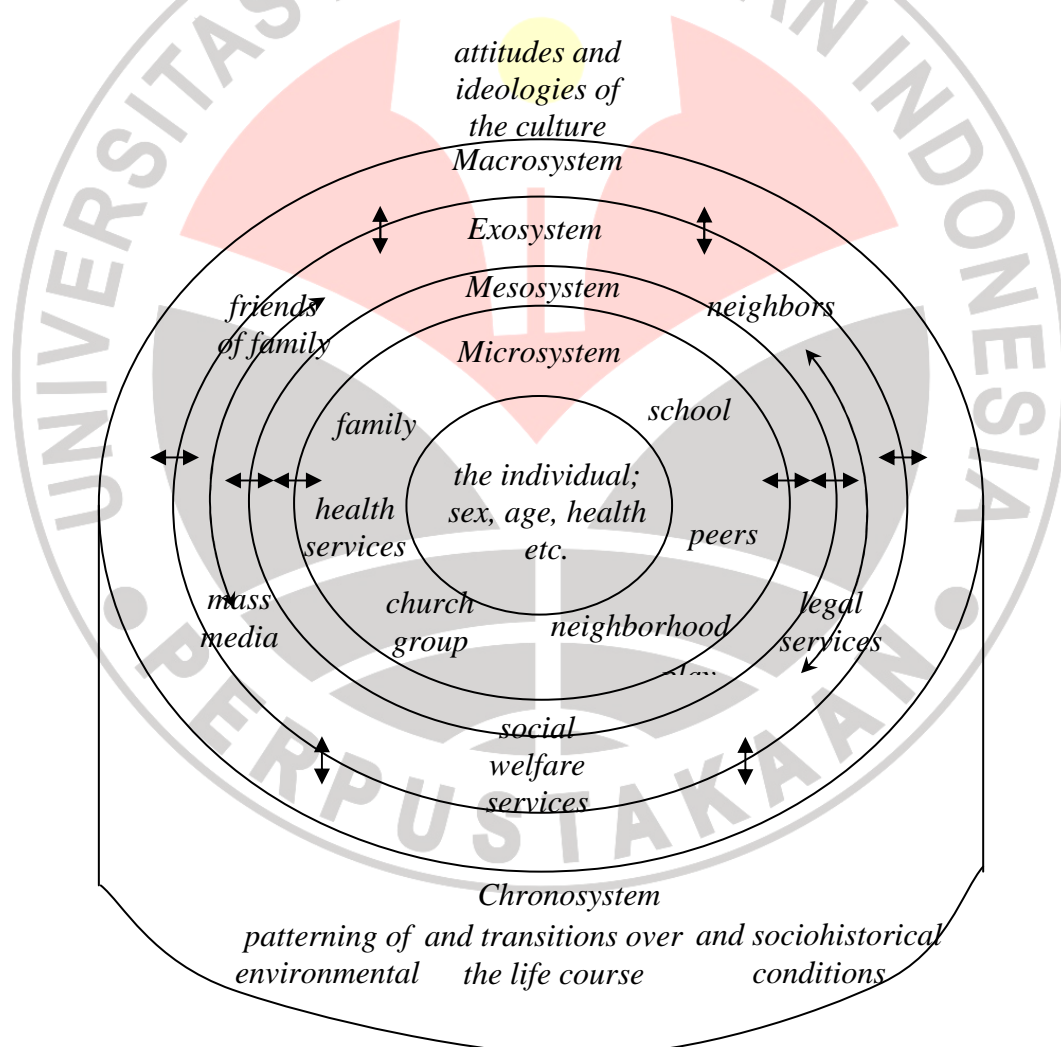
Berdasarkan kasus-kasus di atas nampak jelas bahwa aspek emosi sebagai sentral bagi kehidupan anak yang perlu diperhatikan oleh para pendidik dan orang tua. Untuk menghadapi semua masalah yang terjadi dan meminimalisasi dampak negatifnya, anak membutuhkan sebuah kemampuan untuk mengelola emosi, karena hal yang dapat dilakukan untuk meminimlisasi masalah-masalah tersebut salah satunya adalah dengan meningkatkan kemampuan anak untuk mengelola emosi. Menurut Walton (Safari dan Saputra, 2009:9) menyatakan bahwa

individu yang memiliki kecerdasan dalam mengelola emosinya akan lebih objektif dan realistis dalam menganalisis permasalahannya. Kemampuan menganalisis permasalahan secara objektif dan realistis ini akan mendorong individu mampu menyelesaikannya dengan baik. Sebaliknya, individu yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah, tidak terampil dalam mengelola emosi sehingga permasalahan yang sedang dihadapinya tidak mampu dipecahkan secara objektif.

Penjelasan di atas menguatkan kita tentang pentingnya seseorang untuk memiliki kemampuan mengelola emosi, agar setiap masalah yang kita alami dapat kita selesaikan dengan baik tanpa harus terjadi konflik. Pentingnya kemampuan mengelola emosi adalah untuk menghindarkan kita dari tekanan emosi negatif dan menimbulkan *distress* yang terus menerus. Seseorang yang memiliki kemampuan pengelolaan emosi yang baik akan lebih mudah menjaga hubungan dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh Safari dan Saputra (2009:8) bahwa

individu yang memiliki kemampuan mengelola emosi akan lebih cakap menangani ketegangan emosi, karena kemampuan mengelola emosi ini akan mendukung individu menghadapi dan memecahkan konflik interpersonal dan kehidupan secara efektif.

Perjalanan untuk memiliki kemampuan pengelolaan emosi yang baik bukan tanpa hambatan, salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah perkembangan emosi yang terjadi pada anak. Faktor ini dapat berasal dari dalam diri sendiri, konflik-konflik yang terjadi dalam proses perkembangan dan sebab yang bersumber dari lingkungan. Menurut Broufenbrenner (Mashar, 2011:21) perkembangan emosi anak dipengaruhi oleh lima sistem lingkungan yang digambarkan pada diagram berikut



**Gambar 1. 1**  
**Teori System Ekologi Broufenbrenner**  
**Sumber: Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya.**  
**Riana Mashar**



Fakto-faktor yang telah diungkapkan di atas merupakan sebuah tahapan pengaruh yang harus dilalui oleh sang anak. Pengaruh pertama yang harus dilalui sekaligus sebagai penentu adalah pengaruh mikrosistem yang merupakan tempat di mana anak hidup, meliputi keluarga inti, sekolah, tetangga dan teman-teman sebayanya. Dalam mikrosistem inilah interaksi yang paling dekat dan sering berlangsung, misalnya dengan orang tua, guru dan teman bermainnya. Tidak jarang interaksi yang terjadi antara anak dengan lingkungan mikronya melibatkan emosi karena, emosi merupakan sebuah pembawa pesan yang disampaikan oleh seseorang kepada orang lain. Emosi memberikan kekuatan pada manusia untuk membedakan dan mempertahankan diri terhadap adanya gangguan atau rintangan. Perasaan cinta, sayang, cemburu, marah dan benci membuat manusia dapat menikmati hidup dalam kebersamaan dengan manusia lain.

Secara umum emosi yang ada pada diri manusia dibagi kedalam dua kategori yaitu emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif berhubungan dengan hal-hal yang membuat orang bahagia misalnya perasaan cinta, gembira, santai, rileks dan senang, sedangkan emosi negatif biasanya berhubungan dengan sesuatu yang menyakitkan misalnya sedih, kecewa, putus asa, marah dan dendam. Selain itu, emosi juga memiliki fungsi dan peran dalam kehidupan, menurut Mashar (2011:68) emosi memiliki fungsi sebagai berikut:

- a) Merupakan bentuk komunikasi sehingga anak dapat menyatakan segala kebutuhan dan perasaannya pada orang lain.
- b) Emosi berperan dalam mempengaruhi kepribadian dan penyesuaian diri anak dengan lingkungan sosialnya.

Selain fungsi di atas, emosi juga memiliki peranan penting di dalam dunia usaha. Menurut Ken Auletta (Steven dan Howard, 2002:48) mengatakan bahwa ‘sebagian besar dalam transaksi bisnis adalah lima puluh persen emosi dan lima puluh persen ekonomi’. Beberapa fungsi dan peranan emosi yang dijelaskan dapat kita garis bawahi bahwa emosi memiliki peranan yang penting dalam kehidupan, semua hal itu tergantung pada proses perkembangan emosi yang dilalui pada fase perkembangan sehingga anak tersebut memiliki kemampuan untuk mengenali dirinya dan mampu mengelola emosinya dengan baik pada saat bersosialisasi dengan orang lain.

Untuk melatih bagaimana mengelola emosi anak dengan baik banyak cara yang dapat dilakukan, menurut Safari dan Saputra (2009:203) yang menyatakan bahwa “bentuk terapi dan teknik yang menyehatkan untuk mengelola emosi adalah terapi musik, *logoterapi*, latihan pernafasan, olahraga dan terapi bermain”. Berdasarkan pendapat tersebut, salah satu bentuk latihan yang dapat digunakan adalah dengan cara bermain. Bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang atas dasar sukarela dan kesenangan. Dengan bermain, anak dapat memuaskan tuntutan dan kebutuhan perkembangan anak dalam dimensi motorik kognitif, kreatifitas, bahasa, emosi, sosial dan sikap hidup.

Makna bermain menurut teori *sublimasi* yang diungkapkan oleh Clapared dalam Mutiah (2010:98) mengatakan bahwa ‘bermain merupakan suatu *sublimasi* atau pelarian yang positif dari tekanan perasaan yang berlebihan’, sedangkan menurut teori *psychoanalytic* yang diungkapkan oleh Sigmund Freud dalam

Mutiah (2010:100) mengatakan bahwa ‘bermain berfungsi untuk mengurangi kecemasan yang berlebihan pada anak’.

Melihat dari makna bermain yang dijelaskan dari teori *sublimasi* dan teori *psychoanalytic*, bermain memiliki fungsi yang baik bagi perkembangan seseorang karena dalam situasi bermain seseorang akan dapat menunjukkan bakat, fantasi, dan kecenderungan-kecenderungannya. Saat bermain seseorang akan menghayati dan merasakan berbagai kondisi emosi yang mungkin dapat terjadi seperti rasa senang, gembira, tegang, kepuasan, dan rasa kecewa.

Istilah bermain tidak dapat dipisahkan dari permainan, karena ketika seseorang bermain maka ia sedang melakukan suatu permainan. Namun peran orang tua tetap sangat besar dalam membimbing anak dalam proses ‘bermain’ tersebut. Orang tua atau guru dapat membimbing anak-anak untuk bermain dan memilih permainan yang bermanfaat untuk mengembangkan potensi kecerdasan emosionalnya. Permainan yang dapat dijadikan sebagai sarana latihan untuk meningkatkan kecerdasan emosional salah satunya adalah permainan tradisional. Di Indonesia, banyak terdapat jenis dan bentuk permainan tradisional. Permainan tradisional merupakan sebuah sarana bermain melalui suatu permainan yang dilakukan oleh anak-anak, remaja, dan orang tua baik menggunakan alat sederhana maupun tidak menggunakan alat, namun tetap mengandung nilai-nilai luhur. Permainan tradisional yang ada di Indonesia misalnya Egrang/Jajangkungan (Jawa Barat) dikenal dengan nama yang berbeda seperti di daerah Sulawesi Tengah permainan ini disebut Tilako Ndate, kemudian ada permainan Hae Bikase (Nusa Tenggara) di daerah lain permainan yang

Zaenuddin Ikhwanul M., 2012

Pengaruh Olahraga Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Pengelolaan Emosi Siswa di SD Negeri Pabuaran Lor I

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu



menggunakan alat batok kelapa dan tali ini disebut Pulu-pulu (Sulawesi) dan Tok-tak (Jawa Barat), Galah Bandung (Jawa Barat) di daerah lain permainan ini disebut Mapolo Becceng/Mekoka (Sulawesi), dan permainan Galah/Selodoran (Jawa Barat) di daerah lain disebut Hadang (Sulawesi).

Permainan tradisional mengandung banyak manfaat, selain nilai-nilai kearifan budaya lokal, permainan tradisional juga mengandung manfaat untuk para pemainnya. Hal ini seperti terkandung dalam nilai-nilai sosial yang ada pada permainan tradisional, misalnya dalam permainan congklak Yulianty (2009:63) mengemukakan bahwa

permainan congklak memiliki banyak manfaat bagi perkembangan kecerdasan anak diantaranya yaitu melatih kemampuan motorik halus, melatih kesabaran dan ketelitian, melatih jiwa sportifitas, melatih kemampuan menganalisa, dan menjalin kontak sosial.

Selain itu manfaat permainan tradisional juga dikemukakan oleh Anne (2009) diambil <http://id.shvoong.com>

Permainan tradisional berpengaruh terhadap perkembangan jiwa anak diantaranya adalah anak menjadi lebih kreatif, mengembangkan kecerdasan intelektual anak, mengembangkan kecerdasan emosional anak, mengembangkan kecerdasan logika anak, mengembangkan kecerdasan kinestetik anak, dan mengembangkan kecerdasan natural anak

Berdasarkan penjelasan di atas tentang fungsi dan peranan pengelolaan emosi dan manfaat yang terkandung pada permainan tradisional, oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “pengaruh olahraga permainan tradisional terhadap kemampuan pengelolaan emosi siswa”.

## B. Batasan Masalah

Seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa anak memiliki banyak potensi (*multiple intelligent*) yang dapat diaktualisasikan dan direalisasikan kedalam bentuk yang lebih nyata. Dari berbagai macam potensi tersebut peneliti akan mencoba melakukan penelitian tentang potensi kemampuan pengelolaan emosi pada anak (variabel terikat). Seperti yang telah dikemukakan oleh Safari dan Saputra di atas tentang berbagai bentuk terapi latihan mengelola emosi maka peneliti akan menggunakan salah satu bentuknya untuk melatih kemampuan pengelolaan emosi pada anak yaitu dengan bermain. Menurut Sukintaka (1992:1) yang menyatakan bahwa “bermain merupakan kata kerja sedangkan permainan merupakan kata benda, sehingga bermain berarti mengerjakan suatu permainan sedangkan permainan merupakan sesuatu yang dikenal kerja bermain”. Dengan demikian bermain tidak dapat dipisahkan dari permainan.

Permainan merupakan sarana pendidikan karena di dalam permainan anak akan belajar tentang keadaan dirinya dan lingkungan sekitarnya. Permainan yang akan digunakan adalah permainan tradisional. Permainan tradisional yang akan digunakan adalah yang mengandung unsur-unsur bermain untuk perkembangan sosial – emosional. Menurut Catron dan Allen (Mutiah, 2010:149) ‘unsur bermain yang dapat mendukung perkembangan sosial adalah jika mengandung hal-hal seperti interaksi sosial, kerjasama, menghemat sumber daya, dan peduli terhadap orang lain’, sedangkan bermain yang mengandung perkembangan emosional menurut Mutiah (2010:150) adalah “bermain membentuk anak mengekspresikan dan mengurangi rasa takut, membentuk anak menguasai konflik dan trauma

Zaenuddin Ikhwanul M., 2012

Pengaruh Olahraga Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Pengelolaan Emosi Siswa di SD Negeri Pabuaran Lor I

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

sosial, dan membentuk anak mengenali diri mereka sendiri”. Dengan demikian permainan tradisional yang akan dilakukan oleh peneliti dalam penelitian adalah permainan tradisional yang berkelompok dan hemat sumber daya. Untuk itu permainan yang akan digunakan adalah Bebentengan, Galah Asin, Sorodot Gaplok, Boyboyan, Gatrik dan Kasti (variabel bebas).

Pembatasan masalah penelitian yang dilakukan, karena peneliti menyadari adanya keterbatasan, waktu, dana, tenaga, teori-teori, dan supaya penelitian dapat dilakukan secara lebih mendalam, maka tidak semua masalah yang telah diidentifikasi akan diteliti. Sehingga peneliti membatasi aspek-aspek yang diteliti.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang akan dikemukakan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Apakah pembelajaran olahraga permainan tradisional berpengaruh terhadap kemampuan pengelolaan emosi siswa di SD Negeri Pabuaran Lor I?

### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui pengelolaan emosi siswa melalui aktifitas permainan tradisional dan tujuan penelitian secara khususnya adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh olahraga permainan tradisional terhadap kemampuan pengelolaan emosi siswa di SD Negeri Pabuaran Lor I

## **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat bagi peneliti, anak-anak dan semua pihak yang terkait dengan penelitian ini.

### **1. Manfaat Bagi Peneliti**

Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini dapat menjawab semua pertanyaan yang ada dalam benak peneliti sehingga dapat menambah pengetahuan dan pengalaman tentang permainan tradisional maupun kecerdasan emosional anak.

### **2. Manfaat Bagi Anak**

Dengan dilakukannya penelitian ini, peneliti berharap ada manfaat yang positif, diantaranya :

- a. Anak-anak dapat mengetahui permainan tradisional daerahnya.
- b. Anak dapat mengenal dan mengelola emosinya.
- c. Menambah wawasan dan pengalaman belajar melalui permainan tradisional.
- d. Menjaga dan melestarikan kebudayaan yang ada di Indonesia khususnya di daerah Jawa Barat.

### **3. Manfaat bagi Guru**

- a. Menambah wawasan dan pengetahuan tentang manfaat permainan tradisional untuk mengembangkan kecerdasan emosional anak.
- b. Menumbuhkan kembali rasa nasionalisme, melalui permainan tradisional sehingga timbul rasa cinta terhadap kebudayaan bangsa Indonesia.

Zaenuddin Ikhwanul M., 2012

Pengaruh Olahraga Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Pengelolaan Emosi Siswa di SD Negeri Pabuaran Lor I

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

## F. Metode Penelitian

Metode penelitian yang akan digunakan adalah metode *quasi experimental design* dengan bentuk *nonequivalent control group design*. *Quasi experimental design* merupakan salah satu metode eksperimen yang mempunyai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol namun, kelompok kontrol ini tidak berfungsi banyak untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan penelitian. Menurut Sugiyono (2009:77) menjelaskan bahwa “Desain ini mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen”.

Bentuk desain yang akan digunakan adalah *nonequivalent control group design*, karena penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, menurut Sugiyono (2009:79) menjelaskan bahwa “Pada desain ini hampir sama dengan *pretest-posttest control group design*, hanya pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random”.

## G. Penjelasan Istilah

Untuk menghindari kesalahpahaman tentang istilah yang digunakan dalam judul penelitian ini, maka akan diuraikan arti dan istilah yang dimaksud, sebagai berikut

### 1. Permainan tradisional

Permainan tradisional merupakan sebuah jenis sarana bermain bagi anak-anak maupun orang dewasa baik menggunakan alat maupun tidak menggunakan



alat. Permainan tradisional adalah permainan yang dimainkan oleh anak-anak dengan alat-alat yang sederhana, tanpa mesin, asalkan anak tersebut sehat, maka ia bisa ikut bermain.

Dari uraian di atas, permainan tradisional sangatlah banyak jenis dan bentuknya, maka dari itu peneliti memberi batasan dalam penelitian ini. Khususnya permainan tradisional yang dapat mempengaruhi pengelolaan emosi misalnya Bebentengan, Galah Asin, Sorodot Gaplok, Boyboyan, Gatrik dan Kasti

## 2. Pengelolaan emosi

Pengelolaan emosi merupakan sebuah pengaturan diri terhadap emosinya baik marah, senang, sedih, cemas yang timbul akibat pengaruh dari luar karena proses sosial antara dirinya dan lingkungannya. Menurut Steven dan Howard (2002:30) mengelola emosi adalah “menangani agar perasaan dapat terungkap dengan tepat serta kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri”.

Dalam penelitian ini pengelolaan emosi yang akan diteliti adalah berdasarkan indikator yang dijelaskan oleh Syamsu dan Nurihsan (2006:240) yaitu:

- (a) bersikap toleran. (b) mampu mengendalikan marah. (c) dapat mengendalikan perilaku agresif. (d) memiliki perasaan positif. (e) memiliki kemampuan untuk mengatasi stress. (f) dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas.

## 3. Anak

Dalam fase perkembangannya, anak dapat dibagi menjadi dua fase perkembangan. Menurut Aristoteles (Kusmaedi, 2007:7) menyatakan bahwa ‘masa kanak-kanak (0 – 7 tahun) dan masa anak sekolah (7 – 14 tahun)’.

Zaenuddin Ikhwanul M., 2012

Pengaruh Olahraga Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Pengelolaan Emosi Siswa di SD Negeri Pabuaran Lor I

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Dalam penelitian ini yang menjadi objek penelitian adalah anak usia sekolah, terutama kelas enam Sekolah Dasar (SD). Karena anak kelas enam SD memasuki masa awal pencarian identitas diri untuk mengenal dirinya.

