

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Koordinasi adalah proses penyesuaian yang memengaruhi sejumlah otot saat melakukan gerakan yang menunjukkan berbagai kemampuan. Menurut Wawan et al., (2024, h. 135) Koordinasi adalah salah satu aspek dari kondisi fisik yang ditentukan secara langsung oleh kemampuan sistem tubuh. Koordinasi bukan hanya tentang kerja otot yang terpisah, melainkan juga tentang sinkronisasi antara sistem saraf dan otot agar gerakan yang dihasilkan menjadi efisien, akurat, dan teratur. Dalam berbagai aktivitas sehari-hari dan bidang olahraga, koordinasi berperan krusial karena mempengaruhi mutu serta efektivitas pergerakan individu. Tanpa adanya koordinasi yang memadai, gerakan akan tampak kaku, kurang seimbang, dan berisiko menimbulkan kesalahan atau cedera. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa koordinasi merupakan kemampuan tubuh untuk menggabungkan berbagai sistem demi mencapai keselarasan dalam menjalankan aktivitas motorik.

Permainan tradisional muncul dari kebiasaan yang ada dalam kelompok masyarakat di suatu daerah dan diwariskan dari generasi ke generasi, dengan sifat yang menyenangkan (Putri & Irawan., 2024, h. 487). Salah satu contoh permainan tradisional yang berkembang di Indonesia adalah egrang. Permainan tradisional memberikan manfaat bagi anak-anak dalam menunjang kesehatan, kebugaran, perkembangan, serta mengandung nilai-nilai positif yang bermanfaat dalam kehidupan sosial mereka. Selain itu, permainan tradisional juga dapat digunakan

sebagai cara untuk meningkatkan kemampuan koordinasi gerakan pada anak-anak, termasuk koordinasi antara tangan dan kaki.

Berdasarkan hasil pengamatan awal di SD Negeri 066053, proses belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di kelas V masih diwarnai oleh latihan-latihan dasar yang cenderung monoton. Para guru lebih sering mengarahkan siswa untuk melakukan aktivitas seperti berlari mengelilingi lapangan, melakukan senam ringan, dan bermain bola sederhana secara berulang. Namun, berdasarkan hasil wawancara dengan guru, siswa sebenarnya tetap antusias dan senang mengikuti pembelajaran karena dilakukan di luar ruangan, sehingga suasana belajar terasa lebih menyenangkan bagi mereka. Meskipun demikian, kegiatan yang kurang bervariasi membuat pengembangan keterampilan motorik, terutama koordinasi gerak, belum optimal. Siswa belum banyak mendapatkan kesempatan untuk mencoba berbagai jenis gerakan yang dapat menantang kemampuan fisik mereka secara lebih menyeluruh.

Hasil wawancara dengan pendidik PJOK menunjukkan bahwa penggunaan permainan tradisional dalam pembelajaran, khususnya untuk melatih koordinasi gerak, belum pernah diterapkan di sekolah. Pendidik lebih memilih permainan modern karena dianggap lebih mudah diakses dan cepat dipahami oleh peserta didik. Akibatnya, siswa kurang mendapatkan pengalaman belajar yang beragam dan kurang mengenal permainan tradisional yang sebenarnya memiliki nilai edukatif tinggi. Selain itu, pendidik juga menyampaikan bahwa keterbatasan sarana dan prasarana olahraga di sekolah menjadi salah satu faktor penghambat dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran yang dapat melatih koordinasi gerak secara optimal. Padahal, permainan tradisional seperti egrang bambu memiliki potensi

besar dalam melatih kemampuan fisik siswa, terutama dalam aspek keseimbangan, ritme, dan koordinasi gerakan tubuh, sekaligus berperan dalam melestarikan budaya lokal. Ketidacukupan penggunaan permainan tradisional membuat siswa minim pengalaman bergerak yang berbeda dari kegiatan rutin yang biasanya dijalani. Fakta yang tampak di lapangan menunjukkan bahwa proses pengajaran koordinasi gerakan di tingkat SD belum berjalan dengan baik. Meskipun pendidik PJOK telah memberikan variasi dalam materi gerakan dasar seperti berlari, melompat, dan melempar, aktivitas pembelajaran seringkali terasa monoton dan tidak memanfaatkan beragam metode. Siswa seringkali hanya diminta untuk meniru gerakan tanpa kesempatan untuk mengeksplorasi aktivitas fisik yang dapat mengembangkan koordinasi secara menyeluruh. Akibatnya, kemampuan koordinasi siswa menjadi rendah, yang terlihat dari gerakan yang masih kaku, kesulitan dalam menjaga keseimbangan, serta kurangnya sinkronisasi antara gerakan tangan dan kaki.

Data tambahan dari percobaan sederhana yang dilakukan pada murid menegaskan fakta tersebut, di mana mayoritas anak masih mengalami kesulitan dalam melaksanakan gerakan yang lebih kompleks. Contohnya, saat diminta untuk melempar bola secara bolak balik selama 10 kali lemparan dengan teman atau melakukan lompatan berurutan hanya dengan satu kaki, banyak murid melakukan kesalahan dalam pergerakannya. Dari jumlah keseluruhan 30 murid yang diuji, perkiraan hanya sekitar 10 murid (33.33%) yang berhasil menyelesaikan tugas tanpa melakukan kesalahan. Data ini menunjukkan bahwa walaupun murid cukup mampu untuk melakukan aktivitas motorik dasar, kemampuan mereka untuk menggabungkan beberapa gerakan sekaligus masih dapat dikatakan rendah.

Keadaan ini semakin menegaskan perlunya inovasi dalam proses belajar, salah satunya adalah dengan memperkenalkan permainan tradisional enggrang bambu. Permainan ini dapat menjadi pilihan yang menarik karena, selain menyenangkan, juga efektif dalam melatih keseimbangan, konsentrasi, dan koordinasi gerakan siswa secara alami dalam suasana yang lebih interaktif.

Kurikulum Merdeka menekankan pentingnya pengembangan keterampilan dasar bergerak dan koordinasi sebagai bagian dari pencapaian Profil Pelajar Pancasila. Namun, kondisi di lapangan masih menunjukkan adanya kesenjangan antara apa yang diharapkan dalam kurikulum dan implementasinya. Para pendidik cenderung lebih fokus pada aspek kognitif, seperti menjelaskan aturan permainan, tanpa adanya evaluasi yang jelas terhadap kemampuan motorik siswa. Latihan-latihan yang diberikan juga lebih terfokus pada kebiasaan, bukan pada pengembangan koordinasi yang terencana. Dengan situasi ini, perkembangan koordinasi siswa yang seharusnya berlangsung optimal justru terhambat. Oleh sebab itu, perlu adanya inovasi dalam pembelajaran dengan mengintegrasikan permainan tradisional yang dapat mendorong keterampilan motorik sekaligus memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan serta sesuai dengan karakter anak-anak di tingkat sekolah dasar.

Faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya kemampuan koordinasi gerak anak-anak di sekolah dasar dapat dianalisis dari berbagai perspektif, baik internal maupun eksternal. Dari sudut pandang pendidik, kurangnya variasi dalam teknik pengajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga menjadi salah satu penyebab utama, karena proses belajar lebih terfokus pada aktivitas dasar yang cenderung berulang tanpa memberikan tantangan yang cukup untuk perkembangan koordinasi gerak

siswa, dan dari sudut pandang siswa, meskipun mereka merasa senang dan bersemangat karena kegiatan dilakukan di luar, kurangnya variasi dalam aktivitas mengakibatkan perkembangan keterampilan motorik mereka belum mencapai potensi maksimal. Selain itu, sedikitnya penggunaan permainan tradisional yang melibatkan unsur keseimbangan, ritme, dan sinkronisasi gerak juga mengurangi kesempatan bagi siswa untuk mengeksplorasi kemampuan motorik mereka dengan lebih mendalam. Faktor lingkungan sekolah yang lebih menekankan pada pencapaian akademik daripada pengembangan keterampilan motorik juga berkontribusi terhadap terbatasnya kesempatan siswa dalam meningkatkan koordinasi melalui aktivitas fisik yang terencana. Sebagai akibatnya, kemampuan koordinasi siswa terlihat masih perlu ditingkatkan, misalnya dalam aspek menjaga keseimbangan, mengendalikan gerakan, dan menyelaraskan gerakan tangan dengan kaki. Oleh karena itu, koordinasi gerak siswa dipengaruhi oleh metode pengajaran yang digunakan, media yang diterapkan, motivasi individu, serta lingkungan belajar yang mendukung.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rahmatia S (2022) pada penelitian tersebut berfokus kepada anak usia dini dan meneliti pengaruh permainan egrang batok kelapa terhadap perkembangan motorik kasar anak. sementara itu, penelitian ini dilakukan dengan fokus yang berbeda baik dari segi subjek, objek, maupun variabel penelitian. Dalam penelitian ini, subjek yang digunakan adalah siswa kelas V sekolah dasar, yang secara perkembangan fisik dan kemampuan koordinasi gerak sudah lebih matang dibandingkan anak usia dini. Dari segi objek penelitian, permainan yang digunakan adalah egrang bambu bukan batok kelapa,

karena egrang bambu menuntut tingkat keseimbangan, kekuatan otot serta konsentrasi yang lebih tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Aftodo, A., & Vewawati, I (2024), penelitian tersebut berfokus pada pengaruh permainan egrang bambu terhadap keseimbangan statis siswa. Penelitian tersebut menggunakan metode eksperimen dengan desain *pretest-posttest control grup design* dan menunjukkan bahwa permainan egrang bambu berpengaruh signifikan dalam meningkatkan keseimbangan statis anak. Namun dalam penelitian yang peneliti lakukan memiliki perbedaan yang jelas dalam aspek segi fokus variabel, penelitian ini tidak hanya meneliti kemampuan keseimbangan statis, tetapi secara lebih luas menelaah koordinasi gerak, yaitu kemampuan menyelaraskan gerakan antara mata, tangan dan kaki secara terpadu dalam aktivitas fisik. Dari segi tujuan penelitian, penelitian ini berupaya mengidentifikasi seberapa besar pengaruh permainan egrang bambu terhadap peningkatan kemampuan koordinasi gerak siswa, bukan sekedar kemampuan menjaga posisi diam. Dari segi implikasi pendidikan, penelitian ini diarahkan untuk memperkaya strategi pembelajaran PJOK berbasis permainan Tradisional yang bersifat aktif, menyenangkan, dan mampu mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar

Melihat perbedaan antara kemampuan dan kenyataan, studi ini sangat diperlukan untuk memahami secara ilmiah seberapa signifikan dampak dari permainan tradisional enggrang bambu terhadap koordinasi gerakan siswa. Berdasarkan dari latar belakang diatas penulis tertarik untuk mencoba mengkaji dan meneliti masalah **"Pengaruh Permainan Tradisional Egrang Bambu Terhadap Koordinasi Gerak Di Kelas V UPT Sekolah Dasar Negeri 066053"**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Koordinasi pergerakan anak-anak di kelas V SD Negeri 066053 masih bisa dikatakan kurang baik, yang dapat dilihat dari kesulitan siswa saat melakukan gerakan yang membutuhkan keseimbangan dan keterpaduan antara tangan dan kaki.
2. Proses belajar PJOK di sekolah terlihat monoton dan kurang bervariasi karena didominasi oleh latihan-latihan dasar seperti berlari, senam ringan, dan permainan bola yang sederhana tanpa adanya pengembangan aktivitas yang lebih menantang bagi koordinasi gerakan siswa.
3. Penggunaan permainan tradisional sebagai alat pembelajaran, terutama permainan egrang bambu, belum diterapkan oleh para guru PJOK dalam kegiatan belajar di lingkungan sekolah.
4. Guru PJOK sering kali lebih memilih permainan modern yang dianggap lebih mudah untuk dilaksanakan, sehingga mengurangi kesempatan siswa untuk belajar melalui permainan tradisional yang mampu melatih koordinasi dan keseimbangan.
5. Ada kesenjangan antara tujuan pembelajaran dalam Kurikulum Merdeka yang mengedepankan pengembangan keterampilan motorik dan koordinasi, dengan implementasi pembelajaran di lapangan yang masih lebih fokus pada aspek kognitif.

1.3 Batasan Masalah

Dalam kajian ini, penulis menentukan batasan agar fokus penelitian lebih jelas dan terarah. Penyelidikan ini hanya dilakukan pada pelajar kelas V di Sekolah Dasar Negeri 066053 selama tahun ajaran yang sedang berlangsung. Area yang menjadi fokus penelitian terbatas pada koordinasi gerak pelajar, terutama antara tangan dan kaki serta keseimbangan tubuh. Alat belajar yang digunakan dalam penelitian ini adalah permainan tradisional enggrang bambu, sehingga tidak ada pembahasan atau perbandingan dengan permainan tradisional lainnya. Faktor internal pelajar, seperti keberanian, rasa percaya diri, dan kondisi fisik, serta faktor eksternal seperti mutu alat dan metode mengajar guru, tidak diteliti secara terperinci, melainkan dianggap sebagai faktor pendukung saja. Oleh karena itu, penelitian ini hanya bertujuan untuk menyelidiki dampak permainan tradisional enggrang bambu terhadap koordinasi gerak pelajar tanpa mengaitkannya dengan aspek kebugaran jasmani lainnya seperti kekuatan, kelincahan, atau daya tahan.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut: Apakah permainan tradisional enggrang bambu memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan koordinasi gerakan siswa kelas V di SD Negeri 066053?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional enggrang bambu terhadap peningkatan keterampilan koordinasi gerakan siswa kelas V di SD Negeri 066053.

1.6 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kemajuan ilmu, terutama dalam sektor Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan serta analisis perkembangan motorik anak-anak di sekolah dasar. Dari segi teori, studi ini berguna dalam menambah referensi tentang dampak permainan tradisional terutama permainan menggunakan egrang bambu terhadap keterampilan koordinasi gerakan. Temuan dari penelitian ini dapat memperkuat teori-teori sebelumnya yang mengindikasikan bahwa kegiatan bermain yang berbasis gerakan ritmis dan keseimbangan dapat meningkatkan keterampilan koordinasi, integrasi gerakan, dan pengendalian tubuh anak.

b. Manfaat Praktis

Setelah terealisasinya tujuan penelitian di atas, diharapkan hasil penelitian ini memiliki beberapa manfaat sebagai berikut:

1. Bagi guru PJOK, studi ini dapat memberi wawasan tentang variasi cara mengajar yang menyenangkan serta efektif, sehingga guru mempunyai pilihan untuk melatih koordinasi gerakan siswa dengan menggunakan permainan tradisional enggrang bambu.
2. Bagi siswa, penelitian ini berguna untuk mengasah keterampilan koordinasi gerak, keseimbangan, dan rasa percaya diri siswa melalui aktivitas fisik yang menarik dan menyenangkan.
3. Bagi sekolah, penelitian ini bisa menjadi landasan bagi pengembangan program pembelajaran yang lebih kreatif dengan memanfaatkan

permainan tradisional dalam kegiatan ekstrakurikuler maupun intrakurikuler.

4. Bagi peneliti, sebagai penambah pengetahuan bagi peneliti dalam penulisan karya ilmiah khususnya skripsi
5. Bagi peneliti lain, diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti berikutnya yang berminat untuk mengeksplorasi permainan tradisional atau metode pengajaran lain dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa.