BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia 10 – 12 tahun merupakan individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, bahkan dikatakan sebagai pondasi awal perkembangan anak yang memiliki rentang dan menentukan pada tahap selanjutkan. Pertumbuhan dan perkembangan adalah hal mutlak yang dialami oleh manusia secara umum dan saling berkaitan satu sama lain tidak dapat terpisahkan, Pada masa anak-anak proses pembentukan sistem motorik berlangsung dengan baik (Adha & Wiguno, 2022). Hal ini dikarenakan pada masa tersebut seluruh aspek perkembangan terjadi sangat luar biasa. Usia tersebut merupakan fase kehidupan yang unik, yang berada pada proses perubahan berupa pertumbuhan, perkembangan, pematangan hidup yang berlangsung secara bertahap dan berkesinambungan.

Macam – macam aspek telah berkembang mulai dari aspek sosial emosional, fisik motorik, kognitif, bahasa, nilai agama dan moral. Bermain menjadi hal penting bagi anak. Permainan dapat memberikan kesempatan untuk melatih keterampilan dan dapat mengembangkan ide-ide sesuai dengan cara dan kemampuannya sendiri hingga pada akhirnya diharapkan dapat membantu proses belajar anak. Kelincahan merupakan salah satu komponen kebugaran jasmani. Kebugaran jasmani merupakan kemampuan kesanggupan tubuh melakukan aktivitas berkali-kali tanpa kelelahan. Kebugaran jasmani sangat dibutuhkan anak-anak yang sedang tumbuh dan berkembang karena dalam masa pertumbuhan

anak-anak sedang mengalami kelebihan energi yang membuat lebih aktif saat anak melakukan aktifitas-aktifitasnya, mencegah terjadinya obesitas dan anak juga memiliki otot dan tulang yang lebih kuat.

Kelincahan ialah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengubah posisi tubuhnya dengan cepat sambil tetap menyeimbangkan tubuhnya dan individu tersebut sadar akan posisi tubuhnya (Priyanggono, 2021). Kelincahan memiliki peranan penting pada aktifitas gerak karena kelincahan merupakan salah satu faktor penentu kualitas gerak anak. Kelincahan dapat memberikan anak-anak gerakan refleks saat melakukan aktifitasnya, tidak mudah jatuh dan cedera, Menurut (Santika, 2015) "Kelincahan juga dipengaruhi beberapa faktor yaitu usia, jenis kelamin, berat badan dan kelelahan".

Kelincahan merupakan bentuk perkembangan kemampuan motorik kasar anak yang dapat distimulasi dengan berbagai macam permainan, salah satunya permainan gobak sodor dengan menggunakan permainan ini anak secara tidak langsung mengembangkan ketangkasan, kecepatan dan kelincahan sehingga tumbuh kembang anak menjadi lebih optimal. Kelincahan dapat ditingkatkan melalui bentuk latihan seperti *shuttle-run*, Lari *zig-zag*, latihan *three corner drill*. Permainan tradisional gobak sodor memiliki kesamaan terhadap bentuk latihan untuk meningkatkan kelincahan seperti lari dan berlompat.

Permaian adalah sarana hiburan yang diminati dan dimainakan oleh banyak orang, baik itu anak-anak, remaja atau orang dewasa. Menurut (Siagawati et al., 2017) permainan dapat diartikan sebagai aktivitas manusia dalam berbagai bentuk sebagai cermin kebutuhan untuk memperoleh pengetahuan baru secara

menyenangkan. Permaian dan bermain adalah bagian dari dunia anak-anak untuk mendapatkan kesenangan dan rekreasi atau berolahraga ringan yang dapat mendukung tumbuh kembang anak. Permaian dibagi menjadi dua jenis yaitu permainan modern dan permainan tradisional. Permaian modern adalah permainan yang menggunakan teknologi yang sudah berkembang pesat di masyarakat, sedangkan permianan tradisional adalah permainan yang dimainkan oleh orang-orang di daerah tertentu dengan konsep tradisional.

Era zaman modern permainan atau game modern lebih mendominasi dibandingkan permainan olahraga tradisional, hal ini menyebabkan anak menjadi apatis dan tidak peduli dengan lingkungan, sehingga berpengaruh terhadap intraksi sosial anak menadi semakin berkurang. Anak-anak lebih banyak dimanjakan oleh teknologi yang terus berkembang dan disediakan dengan mudahnya oleh sebagian orang tua, sehingga membuat permainan tradisional dilupakan dikalangan masyarakat baik itu pada orang dewasa maupun anak-anak. Banyak manfaat yang didapat dari permainan tradisional baik itu dalam peningkatan kreativitas, ketahanan fisik, perkembangan psikologi ataupun peningkatan sosial anak. Permainan tradisional ini juga diwariskan secara turun-temurun sehingga memiliki manfaat dalam melestarikan budaya. Permainan tradisional juga termasuk faktor pendukung dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak khususnya pada permainan gobak sodor.

Permainan gobak sodor hampir tidak pernah dikenal oleh anak-anak sekarang. Permainan gobak sodor membutuhkan kelincahan, strategi dan kerja sama team yang harus dimiliki oleh pemain sehingga membuat anak dapat

meningkatkan perilaku sosial. Permainan gobak sodor dimainkan dengan alat yang sederhana dan trasisional seperti kapur, bata dan genting. Permainan gobak sodor harus memiliki lahan yang luar.

Penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa permainan gobak sodor mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar dan memperkuat kerja sama antar anak. Namun, kajian lebih mendalam masih diperlukan untuk mengeksplorasi dampak spesifik permainan ini terhadap kelincahan siswa sekolah dasar. Hasil penelitian oleh Wicaksono et al., (2021) menemukan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan kecepatan reaksi dan keseimbangan anak, meskipun belum secara khusus mengkaji pengaruhnya terhadap kelincahan siswa. Sementara itu, penelitian oleh Sholikin et al., (2022) menekankan nilai-nilai karakter yang terkandung dalam permainan gobak sodor, tetapi tidak melakukan pengukuran kuantitatif terkait dampaknya pada kelincahan.

Selain itu, keterlibatan berbagai pemangku kepentingan, seperti guru, orang tua, dan komunitas lokal, memainkan peran penting dalam penelitian ini. Partisipasi mereka dapat menciptakan ekosistem yang mendukung bagi siswa dalam berpartisipasi dalam permainan tradisional serta aktivitas fisik lainnya. Studi yang dilakukan oleh Fajarwati & Nugrahanta, (2022) mengungkapkan bahwa keterlibatan orang tua dan komunitas berkontribusi penting dalam meningkatkan motivasi anak-anak untuk beraktivitas fisik, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap motorik kasar terkhusus kelincahan mereka.

Hasil observasi dan wawancara peneliti di SD Negeri 130012 Kota Tanjung balai saya mengamati terdapat siswa yang mengalami kurangnya aktifitas

olahraga yang seharusnya diberikan oleh guru olahraga, dan pengetahuan tentang permainan tradisional hampir tidak pernah diberikan langsung dan praktek oleh guru olahraga. Terdapat beberapa anak mengalami obesitas yang membuat kelincahan pada anak berkurang. Terbukti dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada beberapa guru yang berada di sekolah dan siswa, yang menyatakan tidak pernahnya dilakukan aktifitas olahraga secara praktek, maka permainan tradisional gobak sodor sangat efektif diterapkan kepada siswa, agar dapat merasakan kegembiraan saat melaksanakannya dan membuat tumbuh kembang anak menjadi lebih optimal. Mencermati permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang "Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor Terhadap Kelincahan Siswa Kelas V SD Negeri 130012 Kota Tanjungbalai"

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, dapat di identifikasi beberapa permasalahan yang relevan dengan penelitian ini, yaitu:

1. Rendahnya Kelincahan Siswa.
2. Kurangnya pemanfaatan permainan tradisional Gobak Sodor dalam proses pembelajaran.
3. Dampak kemajuan teknologi dan perubahan gaya hidup terhadap aktivitas fisik siswa.
4. Terbatasnya penelitian yang mengkaji pengaruh permainan tradisional Gobak Sodor terhadap kelincahan siswa.

5. Urgensi penelitian mengenai peran permainan tradisional Gobak Sodor dalam kelincahan siswa, baik dalam konteks pembelajaran maupun kesehatan mereka.

1.3 Batasan Masalah

Penelitian eksperimen ini memiliki fokus yang telah ditetapkan guna memastikan pembahasan tetap terarah dan tidak meluas. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini difokuskan pada sasaran yang hendak dicapai yaitu "Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor Terhadap Kelincahan Siswa Kelas V SD Negeri 130012 Kota Tanjungbalai".

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang telah diuraikan, penelitian ini merumuskan masalah sebagai berikut : Bagaimana Pengaruh permainan tradisional Gobak Sodor terhadap kelincahan siswa kelas V SD Negeri 130012 Kota Tanjungbalai?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional Gobak Sodor terhadap kelincahan kelas V SD Negeri 130012 Kota Tanjungbalai.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Memberikan kontribusi pemikiran yang berharga bagi mahasiswa di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
b. Menjadi sumber informasi yang dapat digunakan untuk kajian lebih lanjut dalam penelitian.
c. Menyediakan referensi yang berguna dalam pengembangan materi untuk penelitian berikutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini memberikan bukti ilmiah mengenai efektivitas permainan tradisional, seperti Gobak Sodor, dalam meningkatkan kelincahan siswa.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat menjadi alternatif bagi guru untuk memanfaatkan permainan tradisional sebagai sarana dalam meningkatkan kelincahan siswa, sekaligus berperan dalam melestarikan warisan budaya lokal.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan wawasan dan pengetahuan baru mengenai dampak permainan tradisional Gobak Sodor terhadap kelincahan siswa.

d. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan dasar bagi penelitian berikutnya yang mengkaji manfaat permainan tradisional dalam berbagai aspek perkembangan anak, baik fisik, sosial, emosional, maupun kognitif.