

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada era sekarang ini, perkembangan teknologi telah membawa perubahan dalam aktivitas anak, termasuk dalam cara bermain mereka. Permainan tradisional semakin tersingkirkan karena pengaruh modernisasi ini, anak-anak lebih sering bermain gadget dan permainan digital yang kurang melibatkan aktivitas fisik. Gadget merupakan prangkat teknologi yang berpotensi dapat menimbulkan kecanduan pada anak apabila digunakan secara berlebihan sehingga bisa berdampak pada kesehatan dan aktivitas fisik mereka. Menurut Anwar. F (2022), anak memiliki rasa ingin tau yang tinggi. Kebebasan dalam menggunakan gadget memang bisa memberikan rasa nyaman tetapi juga dapat beresiko yang dapat membuat mereka kecanduan. Jika sudah seperti itu, anak akan malas dalam melakukan aktivitas fisik yang dapat berdampak terhadap perkembangan motorik anak termasuk keseimbangan yang menjadi salah satu aspek yang penting bagi perkembangan motorik mereka. Kurangnya aktivitas fisik dan keterampilan motorik yang lemah bisa menyebabkan penurunan daya tahan tubuh mereka

Masa anak-anak merupakan masa perkembangan. bermain merupakan hal yang perlu dilakukan oleh anak. dalam aktivitas bermain, terdapat komponen untuk perkembangan anak sehingga dapat meningkatkan kemampuan fisik agar dapat bekerja dengan baik. Perkembangan merupakan hasil dari pematangan fisik, mulai dari pematangan sistem jaringan otot, sistem saraf, dan fungsi

organ tubuh yang disertai kesiapan seseorang untuk menjalankan aktivitas yang sesuai dengan tahap-tahap perkembangannya.

Perkembangan fisik anak tidak hanya diperlihatkan dari tumbuh kembang fisiknya, tapi juga melalui kemampuan motoriknya. Salah satunya adalah kemampuan tubuh dalam menjaga kestabilan posisi atau yang kita kenal dengan keseimbangan. Dalam penelitian ini, keseimbangan statis merupakan fokus utama karena berperan besar kepada kemampuan anak menjalankan bermacam macam aktivitas fisik. Keseimbangan dapat diartikan sebagai sebuah objek terhadap suatu tindakan yang dapat dikontrol oleh tubuh, sehingga gerakan menjadi nol (Fachrezy, 2021).

Keseimbangan dibagi menjadi dua, yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis (*static balance*) yaitu dimana saat kita menjaga kestabilan tubuh kita saat dalam keadaan diam. Contohnya saat kita sedang berdiri menggunakan satu kaki. Sementara keseimbangan dinamis (*dynamic balance*) yaitu dimana saat kita menjaga kestabilan tubuh kita saat kita bergerak. Contohnya adalah saat kita berjalan dibalok titian atau saat melompat.

Keseimbangan statis adalah kemampuan untuk menstabilkan posisi tubuh saat dalam keadaan tidak bergerak. Menurut Nugroho et al., (2023), keseimbangan statis adalah bentuk kemampuan menjaga postur tubuh saat tidak bergerak. Keseimbangan statis sangat diperlukan dalam aktivitas baik itu untuk awal masa perkembangan motorik kasar anak maupun dalam olahraga yang memerlukan ketepatan postur. Pada masa perkembangan motorik anak,

keseimbangan statis jadi tahap dasar yang penting untuk dikuasai sebelum anak melakukan bisa melakukan gerakan dinamis dengan baik.

Dengan adanya kesiapan dan pematangan fisik, seseorang memiliki kemampuan untuk melakukan suatu aktivitas sehingga bisa mendapatkan suatu pengalaman (Agoes Dariyo 2007:35).

Beberapa penelitian terdahulu sudah membahas tentang permainan tradisional dalam meningkatkan keterampilan motorik anak. Salah satunya adalah penelitian dari Yuniarti (2025) yang menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu meningkatkan koordinasi dan keseimbangan tubuh anak secara signifikan karena permainan tersebut menuntut keterlibatan fisik secara aktif. Salah satu bentuk permainan tradisional yang memiliki potensi dalam melatih keseimbangan adalah permainan egrang batok kelapa. Permainan ini menuntut anak untuk berjalan dengan mengandalkan keseimbangan tubuh sambil berdiri di atas batok kelapa yang diikat dengan tali. Aktivitas ini secara langsung melibatkan sistem motorik kasar, terutama otot tungkai, koordinasi, dan kemampuan menjaga keseimbangan tubuh saat bergerak. Karena melibatkan banyak komponen fisik, egrang batok kelapa dapat menjadi alternatif permainan yang bermanfaat dalam menunjang perkembangan motorik anak.

Dari hasil observasi yang dilakukan di SD Negeri 104311 Dolok Manampang ditemukan siswa yang memiliki Tingkat keseimbangan tubuh yang masih belum optimal. Hal ini terlihat dari kondisi siswa yang mudah kehilangan keseimbangan saat melakukan kegiatan aktivitas gerak yang

membutuhkan kestabilan tubuh. Seperti saat melompat dan mendarat mereka tidak dapat menjaga stabilitas tubuhnya saat mendarat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan keseimbangan siswa masih perlu ditingkatkan. Selain itu permainan egrang batok kelapa juga mulai ditinggalkan oleh siswa karena pengaruh penggunaan gadget untuk bermain game online, sehingga kesempatan para siswa untuk mengembangkan kemampuan motorik seperti keseimbangan tubuh melalui aktivitas fisik seperti bermain menjadi semakin berkurang.

Dalam penelitian ini permainan egrang batok kelapa dipilih dalam penelitian ini karena memiliki beberapa keunggulan yang berkaitan dengan kemampuan keseimbangan siswa. Permainan ini menuntut siswa untuk berdiri dan berjalan di atas egrang batok kelapa yang memiliki bidang tumpu yang relatif kecil, sehingga siswa harus mampu menjaga kestabilan tubuh, mengatur pusat tumpu tubuh, serta mengkoordinasikan gerakan tubuh agar tidak terjatuh. Permainan egrang batok kelapa juga memiliki keunggulan lain, yaitu alat yang mudah didapatkan, mudah dibuat, dan mudah diterapkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Dari latar belakang yang telah diuraikan, peneliti terdorong untuk mengkaji lebih lanjut mengenai pengaruh permainan tradisional egrang batok kelapa terhadap keseimbangan siswa di sekolah dasar. Dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan metode pembelajaran yang mampu mendukung peningkatan kemampuan motorik anak, khususnya pada aspek keseimbangan tubuh.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, telah ditentukan masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Menurunnya minat siswa SD Negeri 104311 Dolok Manampang terhadap permainan tradisional akibat pengaruh modernisasi dan penggunaan gadget yang berlebihan.
2. Kurangnya aktivitas fisik pada siswa SD Negeri 104311 Dolok Manampang yang berdampak pada lemahnya perkembangan motorik, terutama kemampuan keseimbangan tubuh.
3. Belum diketahuinya pengaruh permainan tradisional terhadap keseimbangan siswa SD Negeri 104311 Dolok Manampang.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan, penelitian ini membatasi ruang lingkup permasalahan pada aspek berikut: “Pengaruh permainan tradisional terhadap keseimbangan siswa SD Negeri 104311 Dolok Manampang”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini merumuskan permasalahan yang akan dijawab melalui pelaksanaan penelitian. Adapun rumusan masalahnya sebagai berikut:

“Adakah permainan egrang batok kelapa berpengaruh terhadap keseimbangan siswa SD Negeri 104311 Dolok Manampang.”

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini mengacu pada rumusan masalah untuk mengetahui adakah pengaruh dari pengaruh permainan tradisional egrang batok berpengaruh terhadap keseimbangan siswa SD Negeri 104311 Dolok Manampang.

1.6 Kegunaan Hasil Penelitian

Sesuai dengan ruang lingkup permasalahan yang dikaji, penelitian ini diharapkan mampu memberikan beberapa manfaat, diantaranya sebagai berikut:

1. Bisa menambah pengetahuan untuk membuat susunan program latihan fisik yang dapat membantu meningkatkan kemampuan keseimbangan siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional.
2. Dapat memberikan sumbangan ilmu yang positif kepada guru pendidikan jasmani sebagai alternatif media pembelajaran yang menyenangkan dan bermanfaat bagi perkembangan motorik anak.
3. Bagi peneliti sendiri dapat memperluas ilmu pengetahuan tentang keolahragaan, khususnya pada pengembangan motorik anak. Selain itu penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi untuk penelitian berikutnya.