

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak-anak usia sekolah dasar adalah suatu generasi yang memiliki kerawanan (labil dalam emosi dan aktivitas) yang selalu mengiringi dan mempengaruhi pertumbuhan serta perkembangan, baik kepribadian maupun jasmani mereka. Kerawanan yang dimaksud disini meliputi kerawanan yang berhubungan dengan kepribadian mereka seperti sosial dan emosional. Sedangkan kerawanan yang berhubungan dengan pertumbuhan jasmani mereka seperti fungsi-fungsi organ tubuh.

Sehubungan dengan itu, maka pendidikan jasmani disekolah dasar mempunyai peranan yang sangat penting karena pendidikan jasmani merupakan upaya pendidikan yang langsung bersentuhan dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis anak-anak didik. Oleh karena itu upaya pendidikan melalui pendidikan jasmani terhadap anak usia sekolah dasar perlu dikelola secara profesional.

Permainan merupakan cabang olahraga yang kita gunakan sebagai alat dalam usaha pendidikan (Sukintaka, 1979:1). Permainan dapat membantu siswa dalam mempelajari dan meningkatkan keterampilan cabang-cabang olahraga. Dalam hal ini permainan tradisional merupakan permainan yang banyak dilakukan oleh anak usia sekolah dasar.

Permainan Tradisional merupakan olahraga asli dari berbagai daerah di Indonesia, mungkin belum terkenal di tingkat nasional namun cukup populer di daerah asalnya. Olahraga tradisional merupakan warisan kebudayaan nenek moyang bangsa Indonesia. Yang disebut sebagai olahraga tradisional harus memenuhi dua persyaratan yaitu berupa “olahraga” dan sekaligus juga “tradisional” baik dalam memiliki tradisi yang telah berkembang selama beberapa generasi, maupun dalam arti sesuatu yang terkait dengan tradisi budaya suatu bangsa secara lebih luas.

Sukintaka (1992:91) membatasi pengertian permainan tradisional adalah permainan yang telah dimainkan oleh anak-anak pada suatu daerah secara tradisi. Artinya permainan ini telah diwarisi dari generasi yang satu ke generasi berikutnya atau telah dimainkan dari jaman ke jaman berikutnya. Permainan tradisional sebagai asset budaya bangsa perlu dilestarikan, digali dan ditumbuh kembangkan. Karena selain untuk mengisi waktu luang bagi anak-anak, permainan juga memiliki potensi yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan kesegaran jasmani bagi pelakunya.

Namun sangat disayangkan permainan olahraga tradisional yang kerap dilakukan oleh anak-anak pada saat waktu istirahat atau jam-jam mata pelajaran pendidikan jasmani disekolah maupun diluar jam sekolah yang berperan untuk meningkatkan kesegaran jasmani siswa sekolah dasar, kini sudah mulai memudar akibat pengaruh perkembangan IPTEK yang semakin pesat. Contohnya anak-anak lebih suka bermain *playstation* (PS), game online, cas gambar, dan sebagainya. Kegiatan ini jelas tidak memberikan pengaruh yang baik terhadap peningkatan

kesegaran jasmani siswa sehingga anak-anak akan mudah lelah pada saat melakukan aktivitas sehari-hari.

Dibalik permainan yang terkesan sederhana, sebenarnya olahraga tradisional memiliki manfaat yang baik untuk perkembangan dan pertumbuhan anak. Banyak hal yang di dapat dari seorang anak dari sebuah permainan tradisional lewat proses bermain. Dalam hal ini si anak terlibat secara langsung baik fisik maupun emosi sehingga sangat mempengaruhi masa pertumbuhannya.

Permainan merupakan wahana untuk meningkatkan motivasi atau dorongan dalam merangsang proses pendidikan jasmani disekolah dasar. Karena seperti yang kita ketahui bahwa anak usia sekolah dasar sangat senang bermain. Sehingga dapat dikatakan bahwa dengan bermain anak-anak dapat meningkatkan keterampilan olahraga dan juga dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa.

Namun berdasarkan pengamatan peneliti pada saat observasi awal di Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu ukur pada siswa kelas V SD bentuk-bentuk permainan tradisional sudah jarang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani. Guru hanya memberikan teori kepada siswa tentang kesegaran jasmani di dalam kelas. Selebihnya siswa diperintahkan untuk bermain dilapangan sesuka hati tanpa pengarahan dari guru. Hal ini mengakibatkan pengetahuan siswa tentang kesegaran jasmani rendah karena tidak mengetahui apa saja unsur-unsur yang terdapat didalam tingkat kesegaran jasmani, sehingga tingkat kesegaran jasmani siswa menjadi rendah. Selain daripada itu rendahnya tingkat kesegaran jasmani juga dapat dilihat dari mudahnya siswa merasa lelah pada saat guru memberikan pemanasan untuk memulai pelajaran olahraga.

Padahal sebagaimana kita ketahui pada jenjang usia sekolah dasar siswa sangat senang bermain, dan dengan kesenangan itu siswa akan melakukan tugasnya dengan sungguh-sungguh sehingga guru pendidikan jasmani dapat dengan mudah mengarahkan siswa untuk mengembangkan tingkat kesegaran jasmani siswa sehingga tujuan pendidikan jasmani dapat tercapai.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian berjudul **“Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Kelas V SD Negeri 050615 Namu Ukur Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat 2012/2013”**, dengan permainan tradisional yang dilakukan yaitu pecah piring, lompat tali, lari balok, dan tarik tambang. Alasan peneliti menggunakan keempat bentuk permainan ini karena sudah mengandung unsur-unsur tingkat kesegaran jasmani yang diteliti yaitu Lari 40 meter, gantung siku tekuk, baring duduk 30 detik, loncat tegak (*vertical jump*) dan lari 600 meter. Perlu diketahui bahwa ketiga bentuk permainan tersebut hanya sebagai alat atau media untuk mendeskripsikan pengaruh permainan tradisional terhadap tingkat kesegaran jasmani siswa. Pengaruh permainan tradisional ini sangat besar pengaruhnya terhadap kesegaran jasmani siswa karena sudah mengandung unsur- unsur kesegaran jasmani.

Diharapkan melalui penelitian ini guru dapat mengelola pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani yang disenangi siswa, seperti pada usia sekolah dasar siswa lebih senang melakukan aktivitas fisik dalam bentuk permainan.

Bermain dalam arti membawa pengaruh positif terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu ukur.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Faktor – faktor apakah yang mempengaruhi Tingkat Kesegaran Jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu Ukur?
2. Apakah permainan tradisional pecah piring, lompat tali, lari balok, dan tarik tambang dapat meningkatkan Tingkat Kesegaran Jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu Ukur?
3. Apakah terdapat pengaruh olahraga tradisional terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu Ukur?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya cakupan masalah yang terkait dalam suatu penelitian dan untuk menghindari penafsiran yang berbeda-beda maka diadakan pembatasan masalah dalam penelitian ini, yaitu: “Pengaruh permainan olahraga tradisional pecah piring, lompat tali, lari balok, dan tarik tambang terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu Ukur” yang terdiri dari 2 variabel yaitu:

1. Variabel bebas : Permainan Tradisional pecah piring, lompat tali, lari balok, dan tarik tambang
2. Variabel terikat : Tingkat Kesegaran Jasmani

D. Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh permainan olahraga tradisional terhadap Kesegaran Jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu Ukur.”

E. Tujuan Penelitian

Yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh permainan tradisional terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu Ukur.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Sebagai masukan bagi guru pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri 050615 Namu Ukur untuk mengetahui informasi tentang Tingkat Kesegaran Jasmani siswa yang dimiliki siswa Sekolah Dasar sehingga guru mendapat kemudahan dalam melaksanakan proses pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Sebagai masukan bagi orang tua tentang pentingnya memberi waktu bermain bagi anak untuk meningkatkan kesegaran jasmani anak.
3. Sebagai masukan bagi peneliti dalam upaya meningkatkan wawasan dalam bidang pendidikan khususnya tentang Tingkat Kesegaran Jasmani siswa tingkat sekolah dasar.