

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan gerakan olah tubuh yang memberikan efek pada tubuh secara keseluruhan yaitu merangsang otot-otot dan bagian tubuh lainnya untuk bergerak dan otot-otot menjadi terlatih, sirkulasi darah dan oksigen dalam tubuh pun menjadi lancar sehingga metabolisme tubuh menjadi optimal. (Olahraga et al., 2015). Olahraga ialah serangkaian gerakan tubuh yang teratur, terencana dan dilakukan untuk mencapai tujuan dan maksud tertentu. Berdasarkan penjelasan menurut para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa Olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang yang melibatkan gerakan tubuh berulang ulang (Agus, 2012).

Gerak merupakan suatu yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati. Namun yang melatar belakangi gerak yang ditampilkan dalam suatu perbuatan yang nyata dalam suatu unjuk kerja, sangat beraneka ragam sesuai dengan hakekat keberadaan dan kebutuhan manusia yang penuh perbedaan (Pradana et al., 2013). Bermain salah satu cara agar kemampuan gerak anak semakin baik, dengan gerak otot-otot besar pada anak semakin kuat dan begitu pula gerakan pada anak semakin bisa dikontrol dengan sendirinya. Setiap kegiatan yang diarahkan pada suatu tujuan akhir selain kesenangan merupakan suatu permainan tujuan hanya untuk kesenangan agar anak bersemangan untuk suatu permainan. Permainan merupakan salah satu aktivitas fisik, dengan bergerak kemampuan motorik kasar pada diri anak akan selalu terasah dan menjadi lebih bisa menjadi lebih baik.

Pada pertengahan masa anak-anak motorik anak lebih halus dibandingkan dengan masa awal anak-anak, anak sudah mampu melakukan permainan olahraga dan hanya ada beberapa anak saja yang bisa dengan

mahir memainkan permainan yang sulit, misalnya melewatkan bola ke atas jaring. Tapi, ketika anak usia 10 atau 11 tahun banyak anak yang bisa memainkan permainan olahraga tersebut. Memanjat, berlari, berenang dan naik sepeda adalah beberapa dari keterampilan fisik yang bisa dikuasai oleh anak Sekolah Dasar atau Madrasah Ibtidaiyah. Jika sudah menguasai, biasanya keterampilan motorik kasar anak laki-laki mengungguli anak perempuan (Untuk et al., 2018).

Keterampilan anak akan terus terlatih, anak-anak banyak membuat permainan menggunakan bahan yang tersedia disekitarnya, memanfaatkan bahan-bahan yang ada untuk membuat permainan selalu melibatkan alam, hal ini menjadikan pola pikir anak dengan lingkungan semakin dekat. Kebersamaan dengan alam sangatlah penting untuk proses pengenalan anak terhadap lingkungan hidupnya. Dengan demikian otot ataupun sensor motoriknya akan semakin terlatih pula, selain itu proses kreativitasnya sebagai tahap awal untuk mengasah pola pikir anak untuk memperoleh lingkungan pertumbuhannya (Susanto, 2021).

Permainan tradisional adalah permainan warisan nenek moyang rakyat Indonesia Permainan tradisional merupakan satu contoh dari ribuan permainan tradisional yang ada di Indonesia (Syarif, 2018). Setiap daerah di Indonesia memiliki permainan tradisional, permainan tradisional tiap daerah biasanya tidak sama tidak seperti permainan jaman modern sekarang ini, seperti permainan teknologi yang rata-rata memiliki kesamaan seperti permainan (*game*) yang ada di *computer* maupun *handphone*. Di daerah sugihwaras permainan tradisional masih menjadi primadona bagi anak – anak untuk mengisi waktu luang hal ini dapat dilihat ketika sore hari ketika anak – anak sedang bermain.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada Madrasah Ibtidaiyah Az-Zahro Kec. Sugihwaras dengan guru olahraga. Mengenai olahraga yang dilakukan seperti dasar – dasar olahraga antara lain: melakukan gerak dasar lari untuk membentuk kecepatan lari saat pembelajaran olahraga, dan sering juga melakukan permainan tradisional tetapi hanya sekedar untuk

kebugaran jasmani atau hanya untuk mengisi waktu jam olahraga. Permainan sering dimainkan adalah gobak sodor dan bentengan.

Memperhatikan uraian tersebut diatas, maka penulis ingin mengadakan penelitian dengan permasalahan **“PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR DAN BENTENGAN TERHADAP GERAK DASAR MOTORIK SISWA KELAS V MI AZ-ZAHRO SUGIHWARAS TAHUN 2022 ”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang di atas dapat dirumuskan suatu masalah :

1. Adakah pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap gerak dasar motorik siswa kelas V di MI Az-Zahro?
2. Adakah pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap gerak dasar motorik siswa kelas V di MI Az-Zahro?

1.3 Batasan Masalah

Mempertimbangkan keterbatasan peneliti, luas dari permasalahan, maka penelitian ini fokus tentang pengaruh permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik siswa MI Az-Zahro pada siswa kelas V

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui Pengaruh Permainan Tradisional gobak sodor terhadap gerak dasar motorik siswa kelas V di MI Az-Zahro.
2. Untuk mengetahui Pengaruh Permainan Tradisional bentengan terhadap gerak dasar motorik siswa kelas V di MI Az-Zahro.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Guru

Bagi Guru dapat mengetahui Tingkat kemampuan lokomotorik siswa. Sehingga nantinya dapat memberikan gambaran langkah untuk memfasilitasi,

sarana, dan prasarana yang standar serta program pembelajaran yang menunjang kemajuan gerak lokomotorik siswa.

1.5.2 Bagi Siswa

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk siswa dalam meningkatkan gerak dasar lokomotorik.

1.6 Definisi Istilah

1.6.1. Permainan tradisional merupakan suatu permainan yang telah dimainkan oleh anak-anak pada daerah tertentu secara tradisi, (Tauhid, 2017)

1.6.2. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktifitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial dan moral, (Tamrin, 2018).

