

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini gaya hidup masyarakat telah mengalami banyak perubahan, semua orang menginginkan hidup yang serba cepat dan *instant*. Semua orang hidup dengan teknologi yang semakin maju baik orang tua, remaja, bahkan hingga anak kecil. Hampir semua orang kini mempunyai alat komunikasi dan peralatan yang canggih serta sangat menarik untuk digunakan. Seperti permainan elektronik yang terdapat saat ini, dimana alat tersebut memiliki berbagai fitur permainan yang bagus dan menarik. Permainan *Play Station* (PS) dan jenis peralatan permainan elektronik lainnya merupakan salah satu jenis permainan yang sangat sering dimainkan anak. Bahkan sekarang ini para orangtua tidak ragu untuk memberikan sebuah *gadget* kepada anaknya sebagai alat pemuas keinginan anak tersebut, dimana pada alat simpel tersebut terdapat banyak jenis permainan canggih yang dapat membantu anak untuk mengisi waktu senggang mereka.

Namun, karena terlalu asiknya memainkan permainan yang canggih itu anak tersebut menjadi kehilangan *moment* atau peristiwa penting dalam hidupnya seperti waktu untuk belajar, berkumpul bersama keluarga, dan bermain dengan teman sebayanya. Itulah yang membuat mereka menjadi lupa akan

waktu penting dan membuat mereka kurang dalam melakukan aktifitas gerak tubuh sehingga tubuh mereka mengalami kelemahan otot dan mudah lelah. Hal ini juga akan berdampak kurang baik bagi anak sebab dapat menghambat pertumbuhan tubuhnya.

Salah satu contoh terdapat di SD Santa Maria Fatima II Jatinegara yang terletak di Kampung Pulo, Jatinegara, Jakarta Timur. Murid-murid yang bersekolah di SD Santa Maria Fatima II merupakan murid yang memiliki latar belakang keluarga menengah ke atas namun meskipun demikian kemungkinan besar pola hidup di dalam keluarga murid-murid tersebut kurang teratur dan kurang disiplin, sehingga anak kurang mendapat pengarahan yang tepat dari orangtuanya mengenai pola hidup sehat. Akibatnya, anak sering mengalami kelelahan ketika mengerjakan sesuatu hal, baik itu ketika melakukan pekerjaan di rumah maupun ketika anak sedang mengikuti pembelajaran dan aktifitas olahraga di sekolah.

Sekolah merupakan tempat dimana anak dapat belajar dari tingkat terendah, yaitu Taman Kanak-Kanak (TK) sampai pada tingkat Universitas. Di dalam sekolah tidak hanya belajar ilmu berhitung, bahasa, sosial, dan lain-lain. Salah satu pembelajaran yang diikuti anak di sekolah ialah pembelajaran olahraga. Namun, sekarang ini banyak anak yang menganggap olahraga hanya sekadar aktifitas bergerak, berlari, berkeringat namun tidak tahu apa manfaat dari olahraga tersebut, sehingga membuat anak tersebut kurang menyukai pelajaran olahraga sebab materi yang disampaikan cenderung

monoton, padahal seharusnya pelajaran olahraga menjadi salah satu pelajaran favorit anak.

Di dalam pelaksanaan pelajaran olahraga, anakpun menjadi kurang antusias untuk mengikutinya, hal ini disebabkan karena terbatasnya peralatan-peralatan olahraga yang biasanya selalu digunakan anak untuk melakukan kegiatan olahraga di sekolah sehingga ada anak yang bermain dan ada yang tidak sama sekali. Ini merupakan salah satu kelemahan bagi pendidik sebab kurang kreatif dalam memberikan materi pelajaran olahraga yang akan disampaikan. Jika kondisi seperti ini terus berlangsung akan sangat mempengaruhi kebugaran tubuh anak, karena ketika dalam mengikuti pembelajaran olahraga kondisi anak seharusnya menjadi lebih kuat, sehat, dan bugar.

Berdasarkan fenomena tersebut terlihat bahwa kondisi fisik murid-murid yang berusia 10-12 tahun di Sekolah Dasar Santa Maria Fatima II Jatinegara mudah lelah di sebabkan karena jaranganya anak tersebut melakukan aktifitas gerak dan olahraga di dalam maupun di luar jam pelajaran sekolah. Hal tersebut juga berkaitan dengan materi pelajaran yang di terapkan cenderung monoton yang akhirnya membawa pengaruh terhadap kondisi kebugaran jasmani anak, yaitu anak menjadi kurang antusias dalam melakukan kegiatan olahraga.

Dalam mengembangkan metode pembelajarannya, Guru dituntut untuk berkreasi dalam menciptakan pembelajaran yang mengasyikkan dan

bermanfaat. Salah satunya dengan metode permainan. Bagi anak bermain adalah sesuatu yang menyenangkan dan oleh karena itu, Guru dapat menggunakan metode permainan ini sebagai media pembelajaran bagi siswa yang tidak hanya sekadar bermain saja melainkan memiliki manfaat untuk meningkatkan kebugaran anak.

Salah satu permainan yang dapat meningkatkan kebugaran tubuh anak ialah permainan pecah piring. Permainan pecah piring adalah permainan tradisional yang berasal dari Suku Batak Pakpak. Permainan ini dapat dikategorikan menjadi salah satu permainan yang menyenangkan bagi anak. Tanpa disadari dalam melaksanakan permainan ini anak sudah melakukan dasar-dasar dari aktifitas olahraga, selain itu anak akan dilatih untuk bersikap *sportif* dan mengembangkan keterampilannya. Melalui permainan pecah piring ini, kondisi kebugaran jasmani anak akan semakin baik sebab banyak aktifitas gerak yang dapat mereka lakukan pada permainan ini dimana mereka akan berlari, melempar, melompat, menghindar dengan cepat dan lain-lain.

Untuk itu peneliti akan mengadakan sebuah penelitian dan ingin mengetahui lebih jauh tentang seberapa besar pengaruh permainan pecah piring terhadap peningkatan kebugaran jasmani anak.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan yang dapat di identifikasikan adalah sebagai berikut:

- a. Bentuk permainan apa yang tepat untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak usia 10-12 tahun?
- b. Apakah bentuk permainan pecah piring bisa menjadi faktor pendukung terhadap peningkatan kebugaran jasmani anak usia 10-12 tahun?
- c. Apakah bentuk permainan pecah piring bisa digunakan sebagai instrumen dalam upaya peningkatan kebugaran jasmani anak usia 10-12 tahun?
- d. Apakah permainan pecah piring berpengaruh terhadap peningkatan kebugaran jasmani anak usia 10-12 tahun?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang cukup luas, perlu kiranya ditentukan pembatasan masalah pada hal-hal yang pokok saja dan untuk mempertegas sasaran yang akan di capai agar tidak terjadi salah penafsiran, maka masalah dalam penelitian ini di batasi dalam hal: “Adakah pengaruh permainan pecah piring terhadap peningkatan kebugaran jasmani anak?.”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut: “Adakah pengaruh permainan pecah piring terhadap peningkatan kebugaran jasmani anak pada siswa putra usia 10-12 tahun di SD Santa Maria Fatima II Jatinegara?.”

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Pada akhirnya hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk:

1. Mengetahui ada tidaknya pengaruh permainan pecah piring terhadap kebugaran jasmani anak.
2. Mengetahui seberapa besar peran metode permainan pecah piring dalam pembelajaran olahraga.
3. Memberikan pengetahuan kepada para pendidik khususnya Guru Olahraga tentang pola pembelajaran yang baik dan benar dalam meningkatkan kebugaran jasmani anak melalui metode permainan.
4. Menentukan metode yang baik dan benar guna meningkatkan kebugaran jasmani pada anak.
5. Mengoptimalkan pembelajaran olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada anak.
6. Memperkenalkan dan mensosialisasikan salah satu permainan tradisional daerah yang diberi nama permainan pecah piring.