BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan di era modernisasi penuh dengan tantangan, diantaranya ancaman terhadap kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan manusia. Kesehatan erat kaitanya dengan kemampuan manusia dalam melakukan pekerjaan dan melakukan aktivitas atau bisa disebut kebugaran jasmani. Kebugaran jasmani yang dibutuhkan untuk mendukung aktivitas sehari-hari (pekerjaan) agar pekerjaan atau aktivitas seorang menjadi optimal sehingga pekerjaan atau aktifias dapat mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang.

Kebugaran jasmani yang baik merupakan modal essensial untuk menyelesaikan kegiatan secara bergairah, efektif, dan efisien, yang dapat berpengaruh pada produktivitas. Hal tersebut menjadi salah satu indikator kualitas sumber daya manusia yang sangat diharapkan ada pada setiap individu sebagai bagian dari masyarakat yang sedang aktif dalam melakukan perkembangan. Kebugaran jasmani penting bagi perkembangan motorik, pertumbuhan fisik, kognitif dan sosial anak. Dengan kebugaran jasmani tingkat kesehatan yang baik dalam hal kekuatan daya tahan, kardiovaskular anak, kekuatan otot anak, daya tahan tubuh anak, dan fleksibilitas dibutuhkan untuk setiap individu. Maka penting untuk meningkatkan kesegeran jasmani sehingga terhindar dari berbagai penyakit.

Kebugaran jasmani memiliki peranan penting dalam menunjang kehidupan, terutama dalam mencegah penyakit tidak menular. Tingkat kebugaran yang rendah beresiko lebih tinggi terkena penyakit kardiovaskular, kelebihan berat badan / obesitas, gangguan mental, dan masalah tulang di kemudian hari (Cadenas-sanchez et al., 2018). Maka penting untuk meningkatkan kesegeran jasmani sehingga terhindar dari berbagai penyakit.

Masyarakat yang tingkat kebugaran jasmaninya rendah akan beresiko lebih tinggi terhadap kondisi kesehatan yang buruk. Gaya hidup yang tidak sehat atau kurang bergerak banyak mempengaruhi kebugaran seseorang, salah satunya dari kebiasaaan hidup dengan teknologi yang serba instan. Modernisasi yang serba teknologi membatasi manusia dari aktivitas fisik berupa permainan olahraga sehingga tingkat kebugaran jasmani tidak sesuai dengan beban aktivitas sehari-hari termasuk beban tubuh yang menyebabkan malas untuk bergerak. Prilaku malas bergerak/ menetap inilah yang menjadi masalah global seiring dengan perkembangan teknologi. Perilaku menetap antara lain; duduk lama, waktu layar seperti menonton televisi, bermain video game, penggunaan komputer, atau transportasi bermotor (C. Gray et al., 2015).

Mengatasi kebiasaan hidup menetap anak-anak saat ini yang lebih menyukai bermain gadjetnya, maka perlu ada inovasi aktifitas fisik bai dalam proses pembelajaran maupun di luar pembelajaran yang mereka senangi, sehingga mampu mencapai standar aktifitas fisik menengah hingga berat mingguan. Aktifitas fisik kebugaran jasmani pada anak-anak akan lebih menarik dan menyenangkan dengan menggunakan permainan. Ada banyak metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak, namun demikian metode bermain adalah yang paling relevan untuk digunakan terlebih pada siswa Kelas Atas SD dimana anak lebih senang bermain bebas. Aktivitas bermain merupakan naluri alamiah yang dimiliki oleh hampir semua anak-anak pada usia itu. Oleh sebab itu, aktivitas ini akan disenangi oleh anak. Kegiatan bermain, memang terkesan tidak ada aturan yang mengikat dan dilakukan secara sukarela. Hal tersebut merupakan definisi bermain secara luas. Namun dalam kondisi tertentu untuk keperluan latihan tidak menutup kemungkinan konsep bermain tersebut diadopsi/dimodifikasi dan dikembangkan untuk

dijadikan alat dalam mencapai tujuan latihan kebugaran jasmani. Pendekatan yang disukai oleh anak, diharapkan mampu meningkatkan partisipasi anak dalam latihan kebugaran jasmani.

Kebugaran jasmani merupakan salah satu kompetensi yang tertuaang dalam kurikulum pendidikan nasional khususnya pada tingkat sekolah dasar kelas 4,5,dan 6. Lebih spesifik pada kelas 4 tertulis kompetensi sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Kompetensi dasar kebugaran jasmani untuk kelas Atas Sekolah Dasar.

KOMPETENSI INTI 3 (PENGETAHUAN)	**KOMPETENSI INTI 3 (KETERAMPILAN)**
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah	4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.
Kompetensi Dasar	**Kompetensi Dasar**
3.5 Memahami berbagai bentuk aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai pembelajaran; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk mencapai berat badan ideal	4.5Mempraktikkan berbagai aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk pembelajaran; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk mencapai berat badan ideal
Kelas V	
3.5 Memahami aktivitas pembelajaran daya tahan jantung (cardio respiratory) untuk pengembangan kebugaran jasmani	4.5 Mempraktikkan aktivitas pembelajaran daya tahan jantung (cardio respiratory) untuk pengembangan kebugaran jasmani
Kelas VI	
3.5 Memahami pembelajaran kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan	4.5 Mempratikkan pembelajaran kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut

melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai)	nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai)

Berdasarkan kompetensi dasar kebugaran jasmani untuk Kelas Atas yang tertera dalam dokumen kurikulum, mencakup empat kompetensi, yaitu (1) kompetensi sikap spiritual, (2) sikap sosial, (3) pengetahuan, dan (4) keterampilan. Rumusan Kompetensi Sikap Spiritual yaitu, "Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya". Adapun rumusan Kompetensi Sikap Sosial yaitu, "Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga". Kedua kompetensi tersebut dicapai melalui keteladanan, pembiasaan, dan budaya sekolah dengan memperhatikan karakteristik mata pelajaran, serta kebutuhan dan kondisi peserta didik dan kompetensi dasar siswa dituntut untuk dapat melakukan berbagai bentuk pembelajaran; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan, yang semua itu merupakan bagian dari komponen dasar kebugaran jasmani. Pembelajaran yang dirancang oleh guru pendidikan jasmani harus mampu mencapai komponen kebugaran jasmani yang telah disebutkan dengan upaya semaksimal mungkin. Peneliti menyakini bahwa pembelajaran yang efektif dapat tercapai apabila peserta didik atau siswa merasa nyaman dan senang dalam pembelajaran. Oleh sebab itu rancangan yang dibuat oleh guru harus mampu menstimulasi siswa agar terus berpatipiasi aktif dalam setiap aktifitas pembelajaran.

Kehidupan anak sehari-hari waktunya lebih banyak digunakan untuk aktivitas bermain dan belajar (Suharjana, 2011). Dalam pemebeajaran pendidikan jasmani meteri kebugaran jasmani aktifitas fisik saat belajar akan lebih menarik dan menyenangkan dengan

menggunakan permainan. Ada banyak metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak, namun demikian metode bermain adalah yang paling relevan untuk digunakan terlebih pada siswa Kelas Atas dimana siswa lebih senang bermain bebas. Aktivitas bermain merupakan naluri alamiah yang dimiliki oleh hampir semua anak-anak pada usia itu. Oleh sebab itu, aktivitas ini akan disenangi oleh anak. Kegiatan bermain, memang terkesan tidak ada aturan yang mengikat dan dilakukan secara sukarela. Hal tersebut merupakan definisi bermain secara luas. Namun dalam kondisi tertentu untuk keperluan pembelajaran tidak menutup kemungkinan konsep bermain tersebut diadopsi atau dimodifikasi dan dikembangkan untuk dijadikan alat dalam mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dalam hal kebugaran jasmani. Pendekatan yang disukai oleh siswa, diharapkan mampu meningkatkan partisipasi siswa dalam pemebelajaran pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani.

Bermain mampu menstimulasi perkembangan fisik yang dapat dilihat dari keaktifan geraknya, intelektual dan kemampuannya dalam menggunakan atau memanfaatkan lingkungannya, emosi ketika anak merasa senang, marah, menang, dan kalah, dan sosial dapat dilihat dari hubungannya dengan teman sebaya, menolong, dan memperhatikan kepentingan orang lain. Bermain aktif merupakan pendekatan baru untuk mengatasi tingkat aktivitas rendah (Jaydari et al., 2016). Oleh sebab itu maka pendekatan bermain ini selain disenangi oleh anak, ternyata juga memungkinkan dapat meningkatkan partisipasi pembelajaran serta tidak menutup kemungkinan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Seiring perkembangan zaman, jenis permainan yang ada semakin beragam. Namun perkembangan permainan di era modern ini berdampak pada berkurangnya permainan-

permainan tradisional, bahkan ditemukan hampir punah di daerah yang telah berkembang. (Ardiyanto et al., n.d.) menyatakan bahwa permainan tradisional berpengarauh baik dan efektif bagi perkembangan kemampuan motorik kasar anak. Hasil penelitian dari (Jaydari et al., 2016) menunjukkan bahwa empat permainan tradisional memiliki perbedaan yang signifikan pada tiga keterampilan tes Ulrich (lompat jauh, tendangan, dan bola yang bergulir dengan tangan di bawah bahu. Dianjurkan menggunakan permainan tradisional untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada anak-anak. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya gerakan-gerakan dalam permainan tradisional yang mengarah kepada keterampilan. Namun, gerakan dalam sebuah permainan juga perlu dimodifikasi dalam memperkaya gerakan untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada anak. Memodifikasi permainan agar permainan tradisional tersebut bisa diterima oleh anak dalam seitap tingkatan kelas (Pangestuti & Agus, 2017).

Modifikasi dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam peningkatan kebugaran jasmani karena pendekatan ini mempertimbangkan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik anak, sehingga anak dengan senang dan gembira melaksanakan aktifitas permainan tradisional. Permainan tradisional perlu dikembangkan atau dimodifikasi demi ketahanan budaya bangsa, karena harus disadari bahwa kebudayaan merupakan nilai-nilai luhur bagi bangsa Indonesia (Hasbi & Sukoco, 2014). Permainan tradisional mempunyai banyak mamfaat tidak hanya budaya tetapi juga mamfaat secara fisik terlebih pada anak-anak. Dengan memodifikasi permainan tradisional akan menjadi lebih menarik tanpa menghilangkan unsur permainan tradisional atau peratarun yang terdapat dalam perainan tradisional tersebut. Permainan tradisional merupakan salah satu jenis permainan yang dapat memberikan manfaat untuk perkembangan, pertumbuhan dan kebugaran jasmani anak.

Permainan tradisional mempunyai hubungan yang erat dengan perkembangan intelektual, sosial, serta karakter anak. Permainan tradisional juga mampu mengasah aspek pengendalian diri, yaitu kemampuan anak untuk menunda kepuasan, bisa bersabar, tidak mudah tersinggung, rasa percaya diri, sikap pantang menyerah, dan sebagainya. Sehingga perlu dilakukan pengembangan model yang berbasis permainan tradisional berdasarkan budaya masyarakat yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani.

Permainan tradisional yang di Nusa Tenggara Barat (NTB) cukup banyak. Disebutkan dalam buku yang berjudul permainan rakyat daerah NTB terdapat 20 permainan (Direktorat Jenderal Kebudayaan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1981b) ditambah dalam buku Permainan anak-anak daerah NTB terdapat 20 permainan (Direktorat Jenderal Kebudayaan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1981a) dan terakhir dalam buku permainan rakyat daerah Nusa Tenggara Barat terdapat 20 permainan (Direktorat Jenderal Kebudayaan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1981c). Begitu banyak permainan tradisional yang ada di wilayah NTB namun yang diambil adalah yang berkembang di Lombok, yaitu sekitar dua puluhan permainan tradisional lombok. Dari jumlah tersebut sekitar 13 permainan tradisional Lombok yang mengandung unsur kebugaran jasmani. maka dalam penelitian ini permainan tradisional yang diambil sekitar 13 permainan tradisional Lombok untuk dikembangkan.

Keyataannya saat ini permainan tradisonal Lombok telah banyak yang menghilang atau tidak dikenal lagi oleh anak-anak kecuali beberapa dan ini pun terbatas pada anak-anak yang berbeda di masyarakat pedesaan atau desa-desa pinggiran. Permainan tradisional Lombok yang kurang digemari anak-anak karena berisi tentang hal-hal bernilai ketangkasan, monoton terlebih lagi di kota-kota sudah banyak ditinggalkan. Permasalahan diatas sampai

saat ini belum ada solusi yang kongkrit. Maka dari itu perlu adanya pengembangan permainan tradisional Lombok sehingga membangkitkan minat anak-anak untuk melakukan permainan tradisional Lombok dan aspek kebugaran jasmani menjadi meningkat.

Permainan tradisional Lombok memiliki potensi yang sangat besar dalam membantu meningatkan kebugaran anak melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani permainan tradisonal Lombok selain dapat dimodifikasi dalam berntuk perminan yang menarik juga mengandung komponen kebugaran jasmani. Dalam pendidikan jasmani dan kesehatan dalam materi kebugaran jasmani, dimana dalam materi kebugaran jasmani bertujuan agar peserta didik memiliki tubuh yang sehat dan bugar, namun permasalahan saat pembelajaran kebugaran jasmani masih menggunakan aktivitas fisik yang berlebihan dengan pembelajaran yang mengandalkan fisik tanpa adanya variasi permainan. Hal tersebut membuat peserta didik kurang bersemangat dan mengeluh saat pembelajaran kebugaran jasmani. Pada umumnya pembelajaran kebugaran jasmani di sekolah masih monoton dan pembelajaran kebugaran jasmani belum dikemas dalam bentuk permainan. Selain itu, belum adanya pengembangan produk pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permianan. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan fakta bahwa guru masih menjadi satu-satunya sumber belajar. Padahal proses pembelajaran seharusnya tidak terfokuskan pada seorang guru, melainkan juga memerlukan pembelajaran sebagai sarana untuk mempermudah proses pembelajaran. Sebagaian besar guru di Lombok kabupaten Lombok Tengah melaksanakan kebugaran jasmani dengan metode pembelajaran antara lain melakukan lari cepat, lari zigzag, lari keliling lapangan push up, sit up. Hal ini mengakibatkan pemebelajaran di kelas menjadi kurang kondusif. Guru pendidikan jasmani banyak melakukan pengajaran dengan menggunakan gaya

komando, berpusat pada guru, sehingga siswa banyak yang kurang bergerak karena menunggu giliran dalam melaksanakan proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan dan wawancara kepada 15 guru PJOK sekolah dasar di Kabupaten Lombok Tengan diperoleh hasil, bahwa 100% guru mengalami keterbatasan aktifitas pembelajaran kebugaran jasmani yang menarik, 100% guru menyatakan belum menerapkan permainan tradisional dalam pemebelajarannya. 100% guru antusias dan setuju bila dikembangkan model pemebelajaran kebugaran jasmani berbasis permaian tradisional Lombok.

Pengembangan Model Pembelajaran Kebugaran Jasmani Dengan Pendekatan Bermain Siswa Smp Negeri Kota Banda Aceh (Ikhwani, 2015), Pengembangan Pembelajaran Kebugaran Jasmani Unsur Kecepatan Berbasis Multimedia Interaktif (Rahman et al., 2020), Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas (Paryanto & Wati, 2013), Pengaruh Pembelajaran Senam Kebugaran Jasmani (Skj) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di Min Donomulyo Kabupaten Malang (Arifin, 2018), Gambaran Kebugaran Jasmani Anak Usia Dini pada Masa Pandemi Covid-19 (Ulpi et al., 2021) Dari penelitian yang sudah dilakukan penelitian tersebut belum ada peneliti yang memasukkan permainan tradisional dalam penelitiannya. Dengan melihat potensi permainan tradisional baik secara historis maupun konten, peneliti menyakini bahwa permainan tradisional dapat menjadi model yang menarik dan dapat meningkkatkan kualitas kebugaran jasmani di sekolah.

Dikembangkannya model pembelajaran ini guru dan siswa antusias dalam melaksanakan aktifitas pemebelajaran keburasan jasmani berbasis permainan tradisional Lombok, tidak hanya itu siswa menjadi senang kareana permainan tradisional Lombok

dijadikan media pembelajaran kebugaran jasmani. Berdasarkan analisis di atas, akhirnya peneliti mencoba melakuakan terobosan dengan mengembangkan sebuah model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan tradisional untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang peneliti fokus masalah yang dikaji dalam penelitan ini adalah mengembangakan model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan tradisional Lombok selanjutnya untuk memperjelas arah penelitian maka dijabarkan menjadi sub fokus penelitian.

1. Permainan tradisional Lombok sebagai sarana pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran jasmani untuk Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.
2. Permainan tradisional yang sudah ada akan dikembangkan yang sesuai dengan karakteristik siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah maka dapat rumusan dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan tradisional Lombok untuk siswa Kelas Atas Sekolah Dasar?
2. Apakah model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan tradisional Lombok efektif dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa Kelas Atas Sekolah Dasar ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka kegunaan hasil penelitian ini dapat dijabarkan sebagai berikut :

1. Mengembangkan model pembelajaran yang dapat memberdayakan kemampuan berfikir, kecakapan hidup psikomotor dan meningkatkan kebugaran jasmani yang lebih baik.
2. Mengembangkan model pembelajaran kebugaran jasmani yang inovatif yang sesuai dengan konsep-konsep teoritik.
3. Mengembangkan model pembelajaran kebugaran jasmani yang disesuaikan dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan keterampilan siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.
4. Pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan tradisional Lombok diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani untuk siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.
5. Pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan tradisional Lombok diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan atau pedoman guru atau pelatih dalam memberikan materi kebugaran jasmani untuk siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.
6. Menambah pengatahuan dan menjawab rasa keingintahuan penelliti terhadap model pembelajaran kebugaran jasmani sesuai perkembangan siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.Mengangkat kembali budaya permainan tradisional Lombok yang hampir punah dengan mengembangkan sesuai dengan perkembangan dan tumbuh kembang siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.

7. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran ilmiah bagi ilmuan maupun peneliti lainnya untuk mengembangkan model pembelajaran yang lebih spesifik dan menarik.

E. State Of The Art

State of the art merupakan langkah awal untuk menujukan hasil kebaruan dalam penelitian (*Research Novelty*). Pada penelitian ini *state of the art* berawal dari kemajuan dunia pendidikan yang semakin berkembang, tingkat kebugaran jasmani anak yang rendah disamping itu perkembangan zaman semakin pesat tidak heran permainan tradisional di kesampingkan. Hal ini juga mempengaruhi proses pembelajaran harus menarik dan menyenagkan di mana pada karakterstik pada anak yang senang bermain. Sudah saatnya permianan tradisional menjadi bagian penting dalam proses belajar di sekolah.

Pembelajaran yang digunakan saat ini, guru masih lebih banyak berperan sebagai sumber belajar. Pendekatan tersebut merupakan pendekatan model pembelajaran secara langsung, model pembelajaran secara langsunng bisa lebih bervariasi dengan memanfaatkan permainan tradisional.

Tabel 1. 2 Penelusuran Studi Literatur

No	Tahun	Judul	Hasil
1	(Marlina et al., 2014)	Pengembangan Model Pembelajaran Kebugaran Jasmani Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama Di Pesawaran	Model pembelajaran kebugaran jasmani efektif digunakan untuk pembelajaran kebugaran jasmani
2	2015	Pengembangan Model Pembelajaran Kebugaran Jasmani Menggunakan Media Sederhana	Penggunaan media sederhana menggunakan bahan dari bambu dapat dilaksanakan oleh guru pendidikan jasmani di sekolah lain.

No	Tahun	Judul	Hasil
3	2017	Kebugaran Jasmani dan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar	Kebugaran jasmani dapat meningkatkan prestasi akademik pada anak sekolah.
4	2018	Pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis aktivitas jasmani untuk meningkatkan kebugaran siswa Sekolah Dasar	Model pembelajaran berbasis fitness permainan ini berisi dua jenis permainan yaitu fitness hours dan chain balls.
5	2020	Pengembangan Pembelajaran Kebugaran Jasmani Unsur Kecepatan Berbasis Multimedia Interaktif	Dari hasil persentase, maka dapat disimpulkan bahwa pengembangan ini layak digunakan dalam pembelajaran.
6	2020	Physical fitness of children and adolescents with moderate to severe intellectual disabilities (Kebugaran jasmani anak-anak dan remaja dengan disabilitas Intelektual sedang hingga berat)	Kebijakan dan intervensi untuk meningkatkan kebugaran jasmani bagi kelompok anak tertentu sangat diperlukan, dimana peningkatan aktivitas fisik dan keterampilan motorik diharapkan menjadi komponen yang efektif.

Dari hasil penelitian berbagai penelitian yang relevan dan kekinian pengembangan model pembelajaran kebugarn jasmani berbasis modifikasi permainan tradisional Lombok untuk siswa sekolah dasar Kelas Atas memiliki perbedaan dari penelitian sebelumnya secara proses eksperimen, penelitian pengembangan dan *Output* penelitian. Penelitian ini menghasilkan akan buku,ebook dan aplikasi berbasis android produk berupa model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis modifikasi permaian tradisional Lombok, sedangkan pada penelitian sebelumnya kebugaran jasmani pada tingkatan siswa SMP, menggunakan media sederhana, hubungan dengan kebugaran jasmani dengan presetasi

belajar, kebugaran jasmani berbasis aktivitas jasmani, berfokus pada komponen kebugaran jasmani pada kecepatan saja serta kebugaran jasmani dengan berkubutuhan khusus. Maka sudah seyogyanya dalam penelitian ini memiliki keterbaruan dengan melihat berbagai aspek antara lain karakteristik anak yang senang bermain, pembelajaran berfokus pada anak dan juga menggunakan permainan tradisional Lombok yang bisa mengangkat kembali permainan tradisional Lombok yang sudah hampir dilupakan dan jarang dimainkan.

F. *Road* Map Penelitan

Tabel 1. 3 Road Map *Penelitian*

2018-2019	2019-2020	2020-2021
1. Tahapan Yang telah dilakukan a. Menyusun proposal penelitian b. Melakukan seminar Proposal c. Validasi dan Uji Coba Intrumen d. Izin Penelitian e. Mengumpulkan data Penelitian	1. Tahapan penelitian ditaun berjalan: a. Bimbingan menuju seminar Kelayakan b. Review internal olah UNJ c. Seminar kelayakan disertasi 2. Luaran a. Produk penelitian yaitu berupa buku panduan model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan tradisional Lombok untuk anak kelas empat sampai enam sekolah dasar. b. Jurnal model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan tradisional Lombok untuk anak kelas empat sampai enam sekolah dasar.	1. Tahapan penelitian yang akan dilakukan a. Ujian tertutup disertasi b. Ujian terbuka disertasi 2. Target Luaran a. Buku pembelajaran b. Publikasi ke jurnal internasional c. Upload aplikasi berbasis android