

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengacu pada keseimbangan gerak, penanaman sikap, watak, emosi, dan intelektual dalam setiap pengajarannya. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang ingin dicapai bersifat menyeluruh mencakup aspek fisik, intelektual, sosial dan moral. Pendidikan jasmani dilaksanakan guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang tinggi, serta dimulai sejak usia dini melalui pendidikan olahraga di sekolah dan masyarakat.

Pendidikan jasmani memiliki peranan penting dalam mengembangkan aspek fisik, mental, dan sosial peserta didik. Salah satu kemampuan motorik yang perlu dikembangkan sejak usia dini adalah kelincahan (*agility*). Kelincahan merupakan kemampuan tubuh untuk mengubah posisi tubuh secara cepat dan tepat, dengan kontrol dan keseimbangan yang baik. Kemampuan ini sangat penting bagi anak-anak karena menjadi dasar bagi penguasaan keterampilan gerak lainnya.

Tujuan utama pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah memantau peserta didik agar meningkatkan gerak dasar siswa disamping agar siswa-siswi merasa senang dan mau berpartisipasi dalam proses pembelajaran serta mau membiasakan beraktivitas gerak. Pengajaran dalam pendidikan jasmani khususnya dapat di pandang sebagai siswa lebih aktif bergerak. Guru dalam proses pembelajaran berperan sebagai pengajar memberi kebebasan dalam aktivitas pembelajaran.

Pembelajaran selama dapat di pertanggungjawabkan sesuai tugasnya sebagai pengajar. Salah satu materi pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah dasar adalah permainan tradisional. Permainan tradisional adalah salah satu aktivitas gerak yang meliputi aktivitas gerak yaitu kelincahan. Beberapa permainan tradisional yang menggunakan kelincahan diantaranya adalah gobak sodor, lompat tali, benteng, dan lain-lain.

Pendidikan jasmani dimulai pada tahap usia dini untuk merangsang pertumbuhan organik, motorik, intelektual, dan perkembangan emosional. Hal tersebut menandakan bahwa pada tahap usia dini mempunyai peran sangat penting dalam membentuk karakter. Pada dasarnya anak usia dini membutuhkan aktifitas fisik yang tepat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak. Proses pembelajaran yang diberikan kepada anak juga perlu memperhatikan karakter pada tiap tahap perkembangannya. Salah satu aktifitas fisik yang paling umum dilakukan oleh anak adalah bermain *game*. Anak-anak dapat memperoleh banyak manfaat dalam bermain. Misalnya, anak-anak bisa senang, berteman, bisa memperkaya gerakannya, dan bisa belajar keterampilan baru seperti permainan tradisional. Sayangnya, perkembangan kelincahan pada siswa sekolah dasar seringkali kurang optimal karena minimnya variasi aktivitas fisik dalam pembelajaran. Pendekatan yang monoton, kurang menyenangkan, dan minim interaksi aktif membuat siswa kurang antusias dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Padahal, anak-anak lebih mudah menyerap dan berkembang melalui kegiatan yang bersifat bermain.

Salah satu alternatif pendekatan yang bisa diterapkan adalah metode permainan tradisional, seperti gobak sodor. Gobak sodor adalah permainan yang

memadukan unsur kelincahan, kecepatan, kerja sama tim, dan strategi. Dalam permainan ini, pemain dituntut untuk bergerak cepat, menghindar, dan berpindah posisi dengan lincah, sehingga sangat relevan digunakan untuk melatih kelincahan siswa. Saat ini permainan tradisional sudah menjadi jarang di dimainkan, karena munculnya teknologi digital seperti *gadget* yang membuat anak-anak kurang meminati permainan tradisional tersebut (Maulana, 2023:2). Permainan tradisional menunjukkan pengetahuan turun temurun dan memiliki berbagai fungsi atau pesan di baliknya. Pada dasarnya, permainan ini dapat dimainkan oleh semua peminatnya, baik anak-anak maupun orang dewasa (Kurniawan, 2019:7) Permainan tradisional adalah media interaksi yang bertujuan untuk meningkatkan aspek psikologis anak sebagai persiapan untuk dunia dewasa. Konsep permainan terdiri dari berbagai kegiatan dan perilaku yang disesuaikan dengan usia anak, dan setiap area memiliki karakteristik yang sangat berbeda.

Sayangnya, perkembangan kelincahan pada siswa sekolah dasar sering kali kurang optimal karena minimnya variasi aktivitas fisik dalam pembelajaran. Pendekatan yang monoton, kurang menyenangkan dan minim interaksi aktif membuat siswa kurang antusias dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Padahal anak-anak lebih mudah menyerap dan berkembang melalui kegiatan yang bersifat bermain. Dengan mengintegrasikan permainan gobak sodor dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, diharapkan siswa dapat lebih aktif, senang, dan termotivasi. Selain itu, permainan ini juga dapat menumbuhkan nilai-nilai sosial seperti kerja sama, sportivitas, dan keberanian.

Pengamatan yang dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 16 Klender Pagi, terutama di kelas V, menunjukkan bahwa ada banyak masalah dengan kelincahan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat kelincahan yang masih rendah. Ini ditunjukkan oleh kemampuan mereka untuk melakukan gerakan yang membutuhkan perubahan arah dengan cepat. Kondisi ini sangat terlihat saat siswa berpartisipasi dalam aktivitas olahraga seperti bermain bola. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang saling berkaitan, salah satunya adalah kecenderungan siswa untuk menghabiskan lebih banyak waktu dengan gadget, dan kurangnya aktivitas fisik. Hal ini diperkuat dari data Badan Pusat Statistik (BPS) 2023 yang mencatat anak usia 0-18 tahun mendominasi pasar *game online* dengan persentase 46,2% yang menyebabkan mereka malas berolahraga. Selain itu, minat siswa terhadap olahraga dan aktivitas fisik juga menurun. Permainan tradisional sebenarnya sangat baik untuk perkembangan anak. Melihat masalah ini, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kelincahan siswa dengan memasukkan permainan tradisional ke dalam pembelajaran olahraga. misalnya permainan hadang adalah contoh permainan tradisional yang dapat membantu meningkatkan kelincahan siswa dengan cara yang menyenangkan dan efektif.

Permainan gobak sodor merupakan salah satu permainan tradisional yang sudah jarang sekali dimainkan oleh anak-anak. Permainan ini sangat menarik, menyenangkan, dan sangat sulit dikarenakan setiap orang harus saling berjaga dan berlari secepat mungkin untuk meraih kemenangan. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul yaitu

"Upaya Meningkatkan Kelincahan dengan Metode Permainan Gobak Sodor pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Klender Pagi."

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan pemaparan di atas, teridentifikasi beberapa masalah, yaitu:

1. Kemampuan peserta didik dalam melakukan gerak kelincahan.
2. Kemampuan peserta didik dalam olahraga tradisional di tingkat sekolah dasar.
3. Penggunaan permainan gobak sodor yang belum pernah digunakan dalam kelincahan khususnya dalam materi kebugaran jasmani.
4. Memfokuskan gerak kelincahan pada permainan tradisional gobak sodor di Tingkat sekolah dasar.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang sudah dijelaskan bahwasannya "Apakah metode permainan gobak sodor dapat meningkatkan kelincahan siswa di Sekolah Dasar Negeri 16 Klender Pagi?"

## **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk melatih kelincahan terhadap siswa-siswi sekolah dasar dengan permainan tradisional yaitu gobak sodor.
2. Mengembangkan permainan tradisional kepada siswa-siswi sekolah dasar dengan permainan gobak sodor.

3. Memberikan variasi mengajar dalam melatih kelincahan dengan permainan tradisional.
4. Meningkatkan minat pada permainan tradisional dengan permainan gobak sodor.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis. Manfaat teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru bagi guru penjaskes di sekolah dasar terkait dengan penggunaan permainan gobak sodor dalam meningkatkan kelincahan pada pembelajaran penjaskes materi kebugaran jasmani. Manfaat praktis penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan para guru di sekolah dasar agar lebih memahami tentang peranan permainan gobak sodor terhadap kelincahan siswa sekolah dasar.

