

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Masa kanak-kanak merupakan masa peletak dasar atau fondasi awal bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pada masa ini anak berada pada situasi peka menerima rangsangan-rangsangan dari luar. Apabila anak mendapat stimulus-stimulus yang baik dan sesuai dengan tingkat perkembangan, maka kemampuan anak dapat berkembang secara optimal. Usia sekolah dasar merupakan masa-masa yang sangat menentukan, dimana pertumbuhan dan perkembangan fisik serta gerak memegang peranan penting dalam pembentukan individu yang berkualitas dikemudian hari. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan) di sekolah sangat diperlukan guru untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak. Pada pembelajaran aktivitas fisik dan permainan dalam PJOK, anak-anak dapat mempraktikkan dan memperkaya kemampuan gerak mereka secara optimal.

Pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan) sendiri memiliki peran penting karena berhubungan erat dengan pengembangan keterampilan gerak dasar pada anak. Selain itu, pembelajaran PJOK juga berperan dalam meningkatkan kebugaran jasmani anak. Aktivitas fisik yang teratur dan terprogram dalam PJOK dapat membantu anak mencapai tingkat kebugaran yang optimal, seperti meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, dan koordinasi. Hal ini tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan fisik, tetapi juga dapat mendukung keterlibatan anak dalam berbagai aktivitas sehari-hari. Melalui PJOK, anak-anak mendapatkan kesempatan untuk mempraktikkan dan memperkaya pengalaman gerak dasar mereka.

Kemampuan gerak dasar tersebut dibagi menjadi tiga kategori yaitu kemampuan Lokomotor, kemampuan non Lokomotor, dan kemampuan

Manipulatif. Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Wulandari (2021) menyebutkan keterampilan lokomotor merupakan gerakan yang sangat penting untuk transportasi manusia. Keterampilan ini didefinisikan sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam satu ruang atau dari satu tempat ke tempat lain.

Gerak dasar yang paling sering dilakukan oleh anak dalam setiap aktivitasnya adalah gerak dasar lokomotor yang terdiri atas gerakan jalan, lari, lompat dan loncat. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia dari usia anak-anak sampai usia dewasa selalu melakukan kegiatan gerak dasar lokomotor (Fajarwati & Sceisariya, 2020).

Gerakan lokomotor seperti jalan, lari, melompat dan mengguling. Sedangkan keterampilan non lokomotor adalah gerakan yang dilakukan di tempat seperti membungkuk, membalik, meliuk dan lain-lain. Sedangkan gerak manipulatif ialah gerakan untuk bertindak melakukan sesuatu bentuk gerak dari anggota badannya secara lebih terampil, misalnya menendang, melempar, menangkap dan lain-lain.

Arlina et al., (2022) menyatakan bahwa gerak lokomotor adalah gerak yang berpindah tempat dari satu tempat ke tempat yang lain. Gerakan lokomotor meliputi: lari, jalan, loncat, lompat, dan jengket. Gerak kombinasi: meluncur, menggeser ke kanan dan ke kiri. Tujuan dari dilakukannya gerakan dasar berjalan, berlari dan melompat adalah mengembangkan kemampuan gerak dasar yang sering dilakukan sehari-hari.

Berdasarkan hasil observasi melalui pengamatan terhadap beberapa tingkah laku siswa kelas III SD N Sanetan, Kecamatan Sluke Kabupaten Rembang menunjukkan bahwa gerak lokomotor pada anak masih kurang, hal ini ditunjukkan dengan anak yang lebih suka berdiam diri serta lebih tertarik dengan permainan *online* yang sedang marak dikalangan anak-anak maupun orang dewasa. Didukung oleh hasil observasi pada anak kelas III SD N Sanetan, 75% dari mereka lebih memilih *game online*

menjadi hobi mereka serta wawancara guru yang berkesimpulan bahwa anak lebih suka bermain *game online* dibanding bermain permainan yang mengharuskan tubuh mereka bergerak. Selain itu, para siswa juga kurang mengenal permainan-permainan yang membuat tubuh mereka bergerak.

Berdasarkan permasalahan yang terjadi, perlu adanya upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut. Salah satu upaya yang harus dilakukan adalah melalui kegiatan belajar sambil bermain karena siswa kelas rendah masih memerlukan dunia bermain. Permainan sendiri digolongkan dalam dua permainan yaitu permainan modern dan permainan tradisional. Dizaman sekarang, justru para siswa lebih asing mendengar berbagai macam permainan-permainan tradisional. Padahal seperti kita tahu, permainan tradisional dapat menstimulasi kemampuan perkembangan gerak pada anak. Permainan tradisional adalah bentuk kegiatan permainan dan atau olahraga yang berkembang dari suatu kebiasaan masyarakat tertentu. Dalam pelaksanaannya permainan tradisional dapat memasukkan unsur-unsur permainan rakyat dan permainan anak ke dalamnya.

Permainan tradisional merupakan tradisi leluhur yang diwariskan secara turun temurun dari generasi ke generasi di suatu daerah atau budaya tertentu. (Djuanda & Suryani, 2021) menjelaskan bahwa permainan tradisional sudah sangat populer sebelum adanya teknologi masuk ke Indonesia. Dahulu, anak-anak bermain dengan menggunakan alat seadanya. Namun kini, mereka sudah bermain permainan berbasis dari luar negeri dan mulai meninggalkan permainan tradisional. Permainan tradisional perlahan-lahan mulai terlupakan oleh anak-anak Indonesia. Bahkan, tidak sedikit dari mereka yang sama sekali belum mengenal permainan tradisional.

Budiono et al., (2013) berpendapat bahwa perkembangan teknologi yang pesat mempengaruhi budaya permainan tradisional di wilayah daerah. Saat ini generasi muda lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bermain permainan yang menggunakan teknologi canggih seperti *gadget*, komputer, PS (*Play Station*), VR (*Virtual Reality*) dan lain-

lain. Saat ini perkembangan teknologi sudah tidak dapat dipisahkan lagi dari kehidupan masyarakat.

Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa permainan tradisional sudah mulai punah sedikit demi sedikit karna berkembangnya teknologi jaman sekarang yang sangat cepat. Permainan tradisional juga dapat dijadikan wadah atau media untuk pembelajaran anak-anak usia dini khususnya yang berkaitan dengan keterampilan gerak motorik baik motorik halus atau motorik kasar Mukarromah et al., (2022). Terdapat berbagai macam permainan tradisional yang kita miliki banyak ragam budaya di bangsa ini di antaranya yaitu Gobak Sodor.

Gobak sodor merupakan permainan tradisional yang banyak dimainkan oleh para anak-anak di Pulau Jawa zaman dahulu. Selain seru, permainan ini juga mempunyai banyak manfaat untuk tumbuh kembang dan perkembangan gerak siswa. Permainan yang dimainkan secara berkelompok ini tentu bisa membuat siswa berlatih kompak dalam *teamwork* serta menumbuhkan rasa gotong royong pada jiwa siswa. Dalam permainan Gobak sodor ini juga siswa diharuskan banyak unsur gerak sehingga bisa melatih gerak motorik anak yang tentunya penting untuk perkembangan motorik anak. Dalam permainan Gobak sodor memiliki beberapa gerak seperti berjalan, berlari dan kelincahan, sehingga penerapan permainan ini melibatkan teknik untuk menguasai kemampuan fisik yang salah satunya dapat dilihat dari segi kelincahan.

Permainan gobak sodor merupakan satu dari berbagai permainan tradisional beregu dalam versi aturan bermainnya dilakukan dengan menghalangi lawan supaya tidak bisa terlepas atau lepas ketika melewati garis-garis yang ditentukan. Permainan tradisional gobak sodor adalah permainan yang mempunyai kandungan komponen gerak dan sikap sosial di dalamnya serta dapat menjadikan peserta didik turut aktif berpartisipasi dalam geraknya saat keadaan senang. Pengembangan permainan tradisional gobak sodor dimaknai sebagai salah satu upaya perwujudan pembelajaran yang menyenangkan Muhammad Rafi'udin Naufal1 (2023).

Nilai-nilai yang terkandung dalam permainan tradisional gobag sodor didapatkan melalui ekspresi anak dianggap penting, dibutuhkan dan harus dilakukan dalam permainan tersebut. Nilai-nilai dalam permainan tradisional gobag sodor adalah sebagai berikut; (1) dalam aspek jasmani yang meliputi nilai kesehatan dan kelincahan; (2) dalam aspek psikologis yang meliputi nilai kejujuran dan sportivitas, kepemimpinan, pengaturan strategi, kegembiraan, spiritualisme, perjuangan; (3) aspek sosial yang meliputi nilai sosial skill, kerja sama dan kekompakan; dan (4) mengembangkan aspek perkembangan moral, nilai agama, sosial, bahasa, dan fungsi motorik Khisbiah et al., (2021).

Yoga Brata Susena et al., (2021) mengungkapkan bahwa Gobag Sodor merupakan permainan tradisional sebagai media dalam meningkatkan kemampuan gerak motorik kasar. Permainan yang dilakukan dalam sebuah arena bujur sangkar yang dibatasi dengan garis kapur, terdiri dua tim dengan masing-masing tiga orang penjaga, satu tim bermain sebagai penjaga dan tim lawan bermain sebagai pemain, secara bergantian setiap anggota tim pemain akan berusaha mencapai garis belakang arena (*“the door”*) dan anggota tim penjaga akan mencegahnya. Jika pemain tersentuh penjaga, maka kedua tim bergantian sebagai pemain dan penjaga.

Inti permainannya adalah menghadang lawan untuk bisa lolos melewati garis ke baris terakhir secara bolak-balik dan untuk meraih kemenangan seluruh anggota grup secara lengkap melakukan proses bolak-balik dalam area lapangan yang telah ditentukan. Permainan ini biasanya dilakukan di lapangan bulu tangkis dengan acuan garis-garis yang ada atau bisa juga dengan menggunakan lapangan segi empat dengan ukuran  $9 \times 4$  m yang dibagi menjadi 6 bagian (Suryawan, 2020).

Penelitian serupa juga selaras dengan penelitian dari Maskur, Muhammad (2022) bahwa untuk memahamkan siswa dalam materi ini guru MI Islamiyah Karanganyar Batang mengimplementasikan permainan tradisional gobak sodor dalam materi gerak lokomotor. Permainan tradisional ini selain untuk memahamkan siswa mengenai materi, gobak

sodor juga diharapkan dapat meningkatkan kerja sama siswa. Permainan gobak sodor yang dimainkan dengan berkelompok membuat di dalam permainan ini juga memiliki nilai-nilai kerja sama dan kekompakan. Sehingga permainan ini di MI Islamiyah Karanganyar diterapkan untuk mengajarkan kerja sama dan kekompakan siswa. Kerja sama tersebut dilihat dari pelaksanaannya, kelompok saling kompak menjaga dan menerobos, sehingga antara kelompok 1 dengan kelompok 2 saling melakukan kerja sama dan kekompakan agar bisa memenangkan dalam permainan.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ini tertarik dalam melakukan penelitian tentang kemampuan gerak lokomotorik siswa dengan menerapkan permainan tradisional gobak sodor kepada para siswa kelas III SD N Sanetan, Kec. Sluke, Kab. Rembang sehingga peneliti menarik judul dalam penelitian ini yaitu “Pengaruh Permainan Gobak Sodor terhadap Kemampuan Gerak lokomotorik pada para siswa kelas III SD N Sanetan, Kec. Sluke, Kab. Rembang”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diambil rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan gerak lokomotor pada siswa kelas III SD N Sanetan?
2. Seberapa besar pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor terhadap peningkatan kemampuan gerak lokomotor siswa Kelas III SN D Sanetan?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumus masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Mendeskripsikan seberapa besar pengaruh media permainan tradisional gobak sodor terhadap gerak lokomotorik pada siswa kelas

III SD N Sanetan.

2. Mendeskripsikan peningkatan kemampuan gerak lokomotorik anak dengan menggunakan permainan tradisional gobak sodor siswa kelas III SD N Sanetan.

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua orang dalam dunia Pendidikan seperti peserta didik, guru, sekolah, dan peneliti itu sendiri, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat untuk mengetahui lebih lanjut tentang pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan gerak lokomotorik pada siswa kelas III SD N Sanetan sekaligus untuk tetap melestarikan permainan tradisional gobak sodor. Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk mengembangkan penelitian tentang pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan gerak lokomotor pada siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan fisik terutama kelincahan dan kecepatan reaksi pada siswa serta dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai permainan tradisional sehingga para generasi anak dimasa sekarang dapat melestarikan budaya bangsa lewat permainan tradisional.

- b. Bagi Guru

Sebagai bahan masukan bagi para guru olahraga dalam mengembangkan media permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan gerak lokomotorik kasar pada siswa khususnya siswa kelas III SD N Sanetan.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan untuk meningkatkan mutu dan kreasi media pembelajaran olahraga dan sebagai acuan bagi sekolah lain mengembangkan permainan tradisional untuk materi ajar siswa.

d. Bagi Peneliti

Untuk mengetahui apakah pengaruh media permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan gerak lokomotorik pada siswa.

### 1.5. Definisi Operasional

Sesuai dengan judul penelitian “Pengaruh Permainan Gobak Sodor terhadap Kemampuan Gerak motorik pada para siswa kelas III SD N Sanetan, Kec. Sluke, Kab. Rembang”. Maka diperoleh definisi operasional sebagai berikut :

1. Kemampuan Gerak Dasar Siswa

Kemampuan gerak dasar atau sering disebut dengan istilah ”kemampuan *motorik*”. Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang dimiliki anak seiring dengan perkembangan dan pertumbuhannya. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang dibawa sejak lahir. Disini penulis akan membahas tentang kemampuan fisik siswa kelas III dari SD N Sanetan.

2. Gerak Locomotor

Gerak lokomotor adalah keterampilan berpindahnya individu dari satu tempat ke tempat yang lain. Gerakan lokomotor termasuk gerakan-gerakan yang perginya bisa ke mana saja. Gerakan lokomotor adalah gerakan dasar bagi perkembangan koordinasi yang melibatkan kerja sama antara otot-otot besar (*gross-muscles*), pertumbuhan otot, daya tahan tubuh, dan stamina.

Bentuk Gerak Lokomotor diantaranya berjalan, berlari, berjingkat, melompat dan meloncat, berderap, merayap dan memanjat. Gerakan dasar lokomotor dapat berfungsi dengan baik bilamana saat usia dini gerakan lokomotor anak tersebut sudah mengalami pematangan.

### 3. Macam Macam Gerak Lokomotor

Gerak dasar siswa untuk berpindah tempat menggunakan otot besar maka gerak dasar lokomotor terbagi menjadi beberapa keterampilan seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat dan sebagainya.

### 4. Indikator Keterampilan Gerak Lokomotor

Dalam berbagai keterampilan tentu saja membutuhkan indikator yang menjadi tolak ukur kegiatan tersebut, begitupun dengan gerak lokomotor pada siswa. Indikator keterampilan gerak lokomotor pada siswa terbagi menjadi berjalan yaitu melakukan perpindahan berat badan pada satu kaki ke kaki yang lain. Berlari yaitu jalan yang lebih cepat dengan adanya ayunan yang bergantian dan terdapat fase melayang. Melompat yaitu dengan menggunakan tumpuan keseimbangan. Meloncat yaitu gerakan tolakan dengan menggunakan tumpuan dua kaki dan terdapat fase sesaat diudara dan gerakan mendarat dengan menggunakan dua kaki dan seimbang.

### 5. Permainan Tradisional

Permainan tradisional umumnya berasal dari suatu budaya masyarakat yang secara tradisi menjadikan aktivitas itu media untuk komunikasi antara individu satu dengan individu lainya. Permainan tradisional merupakan simbolisasi dari pengetahuan turun temurun yang mempunyai makna di dalamnya. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional ialah kegiatan bermain yang mengandung kearifan lokal dan secara turun temurun dimainkan nenek moyang yang perlu dilestarikan.

## 6. Permainan Tradisional Gobak Sodor

Gobak Sodor adalah salah satu permainan tradisional dari daerah DKI Jakarta. Gobak sodor juga sering disebut Galah asin, Galasin. Gobak berarti bergerak dengan bebas dan sodor berarti tombak. Penjabaran tersebut karena dahulu kala para prajurit kerap melakukan permainan yang bernama sodoran untuk melatih keterampilan berperang dengan tombak. Gobak sodor adalah permainan tradisional yang merupakan jenis permainan grup yang terdiri dari dua regu, di mana masing-masing regu terdiri dari 3-5 orang.

## 7. Aturan Permainan Tradisional Gobak Sodor

Setiap permainan pasti selalu ada peraturan yang harus dilaksanakan untuk melancarkan permainan tersebut. Seperti halnya permainan tradisional gobak sodor. Beberapa peraturan permainan Gobak Sodor antara lain adalah permainan harus berkelompok, anggota terdiri dari 3-5 anak, menggunakan lahan luas untuk membuat kotak yang luas, penjaga harus tetap digaris, tidak boleh keluar dari garis.

## 8. Langkah-Langkah Permainan Tradisional Gobak Sodor

Permainan Tradisional gobak sodor mempunyai langkah-langkah permainan yang cukup mudah. Pertama siswa harus membuat kotak besar dengan kapur, lalu kotak besar tersebut dibagi lagi menjadi enam bagian dengan satu garis vertikal di tengah. Lalu mencari sepuluh siswa untuk dibagi menjadi dua kelompok, lima siswa untuk menjaga di setiap garis dan lima siswa untuk bermain sampai mencapai garis finish.

## 9. Manfaat Permainan Tradisional Gobak Sodor

Permainan gobak sodor termasuk ke dalam permainan tradisional yang sangat banyak manfaatnya seperti melatih ketangkasan siswa, melatih *teamwork* mereka, mengembangkan

kemampuan gerak siswa, melatih siswa mengasah otak untuk membuat strategi, dan membuat siswa menjadi semangat.

#### 10. Materi Pembelajaran PJOK

Materi pembelajaran PJOK adalah pembelajaran segala bentuk aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan yang disusun secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani. Materi ini mencakup berbagai cabang olahraga, aktivitas kebugaran, aktivitas senam, aktivitas akuatik, aktivitas luar kelas, dan pendidikan kesehatan. Mata pelajaran yang akan dijadikan penelitian ini yaitu Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) kelas 3 SD, unit 1 pembelajaran gerak dasar lokomotor.