

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani berperan sangat penting karena siswa diberi kesempatan untuk terlibat langsung dalam aktivitas jasmani dan olahraga yang dilakukan dengan cara yang terstruktur. Pengalaman-pengalaman belajar diarahkan untuk membimbing serta mengatur pola hidup sehat dan aktif dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan Jasmani meliputi kegiatan permainan dan olahraga, kegiatan pengembangan, senam irama, dan kegiatan akuatik maupun pendidikan di luar kelas atau di area terbuka seperti di lapangan.

Standar Nasional Pendidikan bertujuan menjamin mutu pendidikan nasional dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat.

Undang – Undang no.3 tahun 2005, pasal 1 ayat 11 yang berbunyi : Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan *holistic* dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan dengan fikiran dan jiwanya. Fokusnya pada

pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Permainan tradisional sangat kental dengan nilai-nilai budaya yang mengandung unsur sederhana dan perasaan senang. Hal ini dapat membantu perkembangan anak dalam kehidupan mendatang. Anak-anak yang melakukan permainan tradisional akan merasa bebas tanpa ada tekanan, sehingga keceriaan, kebebasan, dan kesenangan dapat tercermin pada saat anak-anak melakukannya. Kegiatan bermain juga menjadi salah satu cara untuk melatih kemampuan gerakan agar semakin baik. Gerak otot besar pada anak menjadi semakin kuat dan mengakibatkan gerakan anak lebih terkontrol dengan sendirinya.

Salah satu faktor yang sangat penting bagi siswa adalah tingkat kebugaran jasmani, yang dapat ditingkatkan melalui permainan tradisional, dalam penelitian ini khususnya adalah permainan gobak sodor. Selain dapat meningkatkan kebugaran jasmani, bermain permainan tradisional juga dapat meningkatkan kondisi fisik siswa dan turut melestarikan permainan tradisional yang pada zaman sekarang sudah mulai jarang, karena tergeser dengan permainan yang lebih *modern*. Oleh karena itu saya mengambil topik permasalahan tersebut untuk diteliti dan dianalisa apakah permainan tradisional memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kebugaran jasmani pada siswa kelas VI A MI Nurul Huda Wadeng kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

MI Nurul Huda Wadeng merupakan salah satu sekolah yang di dalam proses pembelajaran penjasnya masih sering menggunakan permainan tradisional Guru penjas di sekolah ini lebih sering menggunakan permainan tradisional dalam pembelajaran penjas dengan harapan agar siswa mau bergerak dengan senang tanpa harus dipaksa. Dengan perasaan senang kemudian guru memasukan materi inti didalam permainan tradisional tersebut. Salah satu aspek yang menjadi pokok dalam permainan tradisinal di MI Nurul Huda Wadeng Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik ini adalah faktor kebugaran jasmani siswa. Guru menganggap bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa merupakan unsur paling penting dalam pembelajaran penjas sesuai dengan pembelajaran penjas yaitu meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Maka dari itu selain mengajarkan teknik dari beberapa permainan modern, atletik, senam, guru sering memberikan materi pembelajaran permainan tradisional.

Salah satu permainan tradisional yang dipilih guru sebagai metode pembelajaran adalah gobak sodor. Permainan ini diberikan kepada siswa kelas atas, karena permainan ini cukup kompleks, sehingga kelas bawah belum bisa melaksanakannya. Selain menggunakan permainan gobak sodor permainan lain yang digunakan adalah gobak bundar. Hal ini dimaksud untuk menambah variasi dalam pembelajaran agar siswa tidak merasa bosan, sehingga siswa tetap merasa senang bergerak, dan tingkat kebugaran jasmani siswa semakin meningkat.

MI Nurul Huda Wadeng Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik yang mayoritas orang tua walinya bekerja sebagai wirausaha dan petani jarang yang tahu tentang kebugaran jasmani siswa, sehingga banyak orang tua siswa yang tidak memperhatikan tingkat kebugaran jasmani siswa. Rata-rata orang tua siswa hanya tau bahwa anaknya sekolah, dan berapa nilai yang diperoleh anaknya disekolah. Orang tua siswa jarang yang memperhatikan tingkat kebugaran jasmani putra-putrinya karena tidak tahu atau juga karena orang tua tidak tahu arti penting kebugaran jasmani bagi seseorang.

## **B. Batasan Masalah**

Dengan melihat banyaknya permasalahan yang muncul dalam identifikasi masalah tersebut di atas dan didasarkan pada pertimbangan keterbatasan kemampuan peneliti, maka peneliti membatasi permasalahan yaitu tentang pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VI A MI Nurul Huda Wadeng Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

## **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah sebagai berikut : “ Apakah ada pengaruh permainan gobak sodor terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VI A MI Nurul Huda Wadeng Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik “ ?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VI A MI Nurul Huda Wadeng Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik permainan tradisional gobak sodor.

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

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat, antara lain:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Berguna bagi mahasiswa yaitu sebagai sumber ilmu pengetahuan, dalam meningkatkan proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan atau dalam proses pemberian pelatihan bagi anak - anak MI khususnya pemberian permainan tradisional guna meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

##### **2. Manfaat Praktis**

- a. Memberikan informasi kepada kepala sekolah, guru, dan wali murid tentang keadaan tingkat kebugaran jasmani siswa.
- b. Sebagai bahan pertimbangan bagi guru dalam proses pembelajaran, sehingga proses pembelajaran dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa.
- c. Sebagai pertimbangan para guru dan orang tua siswa MI dalam mengambil langkah-langkah yang tepat dan benar dalam mengambil program-program latihan peninjangan kegiatan belajar mengajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, sehingga dapat meningkatkan tingkat kebugaran jasmani bagi siswa-siswi tersebut.
- d. Bagi siswa kelas VI A MI Nurul Huda Wadeng dapat mengetahui dan memahami pengertian dan pentingnya tingkat kebugaran jasmaninya sehingga mampu mendorong siswa untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang dapat meningkatkan status kebugaran jasmaninya dan dapat membawa pada kualitas kehidupan yang lebih baik.

