

BAB I

PENDAHULUAN

I.I Latar Belakang Masalah

Permainan tradisional menjadi salah satu bagian dari budaya pada sebuah suku yang hadir sebelum permainan modern muncul (Yoga Brata Susena et al., 2021). Permainan tradisional menyimpan nilai sosial dan Pendidikan yang lebih tinggi daripada permainan modern. Sebab dalam permainan tradisional menyertakan aktivitas fisik, kerja tim, pengaturan strategi, keterampilan bahasa (diiringi nyanyian) dan interaksi sosial yang emosional seperti menangis atau marah ketika kalah, bersorak gembira saat menjadi pemenang dan menahan malu atas kekalahan (Cendana & Suryana, 2022). Indonesia dianugerahi beragam permainan tradisional yang bisa dibawakan oleh anak-anak seperti egrang, bakiak, dan lompat tali.

Bermain merupakan salah satu sarana pendidikan yang memiliki manfaat besar bagi perkembangan anak. (Zubair, 2008:5), konsep bermain bagi pelajar bukan penghalang untuk meningkatkan kecerdasan melainkan sebagai wahana dan sarana belajar. Karena itu bermain harus dapat memotivasi diri sendiri, dipilih secara bebas oleh pelaku, harus menyenangkan, bermain tidak terikat aturan tertulis dan bermain dilakukan secara aktif oleh pemainnya.

Bagi pelajar sangat penting untuk mengenalkan dan tetap melestarikan permainan tradisional dengan cara memasukan ke dalam pelajaran pendidikan jasmani yang secara tidak langsung berguna untuk melatih gerakan yang terdapat kedalam kegiatan olahraga untuk menghilangkan kejenuhan dan membiasakan diri melakukan gerakan yang akan di pelajari, sehingga pada saat pembelajaran pendidikan jasmani dilakukan siswa untuk mengenal dan menguasai teknik gerakan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa bermain merupakan sebuah aktivitas yang menyenangkan yang dilakukan secara sungguh- sungguh, sukarela, bebas dan memiliki motif dari masing-masing pelakunya.

Mendikbud Ristek Nadiem Anwar Makarim dalam (Rahayu, 2022) telah resmi menetapkan nama baru kurikulum prototipe yang diberikan nama kurikulum merdeka. Kurikulum merdeka memiliki struktur yang dibagi menjadi dua kegiatan utama yaitu Pembelajaran Intrakurikuler dan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila yang disingkat menjadi P5. Kurikulum merdeka merupakan kurikulum yang desain pembelajarannya memberikan kesempatan kepada peserta didik belajar dengan bebas, santai dan juga menyenangkan. Kurikulum ini juga menuntut peserta untuk lebih mandiri dalam belajar. Kemandirian disini memiliki makna bahwa setiap peserta didik diberikan

kebebasan dalam meneruskan ilmu yang telah diperoleh dari pendidikan formal maupun pendidikan non-formal. Dalam kurikulum ini tidak memiliki batasan konsep pembelajaran yang berlangsung disekolah maupun diluar sekolah, kurikulum ini juga menuntut untuk lebih kreatif terhadap guru maupun peserta didik.

Profil Pelajar Pancasila adalah karakter dan kemampuan yang dibangun dalam kehidupan sehari-hari yang hidup di dalam diri setiap peserta didik melalui budaya yang ada di sekolah melalui pembelajaran dalam kurikulum, Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila dan PELJN (Pengenalan Eksplorasi Lingkungan Jelajah Nusantara) (Fathurrahman, 2023). Proyek didefinisikan sebagai serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk menghasilkan sebuah produk melalui tema yang telah dipilih dengan menentukan topik yang berkesinambungan.

Program Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) dalam Kurikulum Merdeka merupakan pembelajaran lintas disiplin ilmu dalam mengamati dan memikirkan solusi terhadap permasalahan di lingkungan sekitar untuk menguatkan berbagai kompetensi dalam Profil Pelajar Pancasila. Program P5 ini memiliki enam indikator, yaitu: keimanan, ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, akhlak mulia, keberagaman global, gotong royong,

kreatifitas, kemandirian dan berpikir kritis P5 adalah metode pembelajaran berbasis proyek yang dikembangkan untuk memperkuat pencapaian dimensi-dimensi dari profil pembelajaran pancasila Merdeka (2022), dalam (Kholidah et al., 2022). Dalam konteks P5, siswa aktif membangun pembangunan dan keterampilan melalui proyek nyata, seperti permainan tradisional yang memungkinkan mereka untuk belajar secara aktif dan kontekstual.

Profil pelajar Pancasila menjadi sebuah keinginan agar pelajar Indonesia dapat mengaplikasikan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupannya setiap hari (Kahfi, 2022). Dalam hal ini penguasaan yang harus dimiliki tidak hanya sebatas pandai literasi dan numerisasi tetapi juga mampu menguasai secara holistik kompetensi global (Irawati et al., 2022). Motivasi yang tinggi dan kerja sama bagi seluruh siswa Indonesia sangat dibutuhkan agar dapat menjangkau kualitas internasional namun tetap memegang teguh nilai kebudayaan setempat.

Kebugaran jasmani merupakan elemen-elemen penting yang mendukung kemampuan tubuh dalam melakukan aktifitas fisik. Dalam konteks permainan tradisional, komponen kebugaran jasmani berperan penting karena dapat mempengaruhi kinerja individu saat berpartisipasi dalam aktivitas (Haryanto, 2011). Meliputi Kekuatan (*Strength*), Daya Tahan

(*Endurance*), Kelincahan (*Agility*), Keseimbangan (*Balance*), Koordinasi (*Coordination*), Kecepatan (*Speed*).

Melihat dalam aktivitas jasmani anak di sekolah terbatas, hanya pada saat istirahat dan pada jam pelajaran olahraga. Pendidikan jasmani mengambil peran untuk memberikan atau menyalurkan aktivitas jasmani anak di sekolah. Pembelajaran penjas di sekolah dasar memiliki tujuan untuk mengembangkan keterampilan gerak anak dan kebugaran jasmani anak. Kebugaran jasmani anak merupakan salah satu indikator guru untuk penilaian peserta didik dalam pembelajaran. Sehingga kebugaran jasmani peserta didik merupakan salah satu faktor utama dalam menentukan keberhasilan pembelajaran penjas di sekolah dasar dan didukung oleh aspek-aspek yang lain (Sudarno, 2011). Mengingat karakteristik merupakan pembelajaran fisik, maka kebugaran jasmani peserta didik menjadi tolak ukur dalam menentukan keberhasilan hasil pembelajaran.

Kebugaran jasmani yang baik merupakan modal utama bagi seseorang untuk melakukan aktifitas fisik secara berulang-ulang dalam waktu yang relatif lama tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti (Sigit Nugroho, 2010). Dengan dimilikinya kebugaran jasmani yang baik maka di harapkan seseorang akan mampu bekerja dengan produktif dan efisien, tidak terserang penyakit,

belajar lebih semangat serta dapat berprestasi secara optimal, dan tangguh dalam menghadapi kehidupan yang penuh tantangan. Tidak boleh dihilangkan semboyan “Didalam tubuh yang kuat, terdapat jiwa yang sehat”, dapat di ansumsikan jika tubuh merasakan sehat dan bugar maka anak relatif berfikir positif dalam memecahkan masalah. Secara tidak langsung akan mendukung dalam melaksanakan proses pembelajaran di sekolah.

Meningkatkan kebugaran jasmani siswa dapat dilaksanakan dengan berbagai macam aktifitas jasmani. Salah satu nya adalah dengan permainan tradisonal, permainan tradisional merupakan jenis permainan yang mengandung nilai-nilai budaya pada hakikatnya merupakan warisan leluhur yang harus di lestarikan keberadaannya, yang mempunyai makna simbolis dalam gerakan, ucapan, maupun alat-alat yang digunakan pesan-pesan tersebut bermanfaat bagi perkembangan kongnitif, emosi, dan sosial siswa sebagai persiapan atau sarana belajar menuju kehidupan dimasa dewasa (Ahmad Riady Hasibuan, 2018).

Pendidikan adalah upaya dan proses transmisi pengetahuan, keterampilan, dan nilai secara sadar dan terencana yang diwariskan dari generasi ke generasi melalui pelatihan, pengajaran, dan penelitian. Selain itu, pendidikan juga meningkatkan kemampuan peserta didik, dalam tujuan pendidikan sebagai pembelajaran, serta juga membantu untuk mengembangkan

sifat-sifat positif sehingga peserta didik akan tumbuh menjadi individu yang bertanggung jawab, berkarakter, dan berakhlak.

Pada tahun 2024, kurikulum merdeka diperkirakan menjadi program nasional. Saraswati, (2022) dalam (A. E. Wahyudi et al., 2023). Kurikulum ini adalah ekspresi dari konvergensi berbagai aspirasi dan potensi yang ada dalam masyarakat. Salah satu karakteristik utama dari kurikulum merdeka adalah ketekunan siswa dalam mengembangkan keterampilan lunak dan karakteristik sesuai dengan Profil Projek Pelajar Pancasila dalam (Sulistyani et al., 2022), dimana pelajar Pancasila adalah peserta didik yang kepribadiannya seluruhnya berlandaskan falsafah Pancasila atau nilai-nilai sila Pancasila. Saat menerapkan kurikulum merdeka, siswa secara alami diharuskan membuat atau menyelesaikan projek melalui kegiatan tersebut, siswa dapat mengembangkan potensi dan keterampilannya di berbagai bidang tertentu.

Berdasarkan pengamatan penulis pada tahun 2024 saat melaksanakan kegiatan PLP (pengenalan lingkungan sekolah) di SMP Negeri 18 Kota Jambi, pada saat penulis mengajar banyak siswa yang tidak memiliki stamina yang bagus atau tidak memiliki kebugaran jasmani yang baik sehingga banyak siswa yang lemas dan tidak bersemangat saat melakukan gerakan olahraga. Dan juga banyak siswa yang sudah kelelahan saat jam pelajaran penjas masi

berlangsung, ini semua di karenakan siswa tidak memiliki kebugaran jasmani yang baik.

Berdasarkan uraian di atas penulis ingin melakukan penelitian dengan judul : **Pengaruh Permainan Tradisional Berbasis P5 Terhadap Kebugaran Jasmani Siswi Kelas VIII F Smp Negeri 18 Kota Jambi**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah di uraikan diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Siswa mudah merasakan kelelahan selama proses pembelajaran di sekolah masih berlangsung.
2. Belum di ketahui tingkat kebugaran jasmani siswi kelas VIII F SMP Negeri 18 Kota Jambi.
3. Proses pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan di sekolah SMP Negeri 18 Kota Jambi kurang variasi sehingga di berikan inovasi melalui permainan tradisional.
4. Siswi melakukan aktivitas yang cenderung diam tanpa memberikan pengaruh terhadap kebugaran jasmani.

1.3 Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup masalah pada penelitian ini maka diperlukan batasan masalah, adapun batasan masalah tersebut adalah pengaruh permainan tradisional berbasis P5 terhadap kebugaran jasmani siswi kelas VIII F SMP Negeri 18 Kota Jambi. Dan yang akan diukur adalah kebugaran jasmani.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan penelitian ini sebagai berikut “Bagaimana pengaruh permainan tradisional berbasis P5 terhadap kebugaran jasmani siswa kelas VIII F SMP Negeri 18 Kota Jambi ?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini untuk menemukan informasi dari permasalahan yang telah dikemukakan diatas yaitu:

1. Untuk menganalisis pengaruh permainan tradisional berbasis P5 terhadap kebugaran jasmani siswa kelas VIII F SMP Negeri 18 Kota Jambi.

2. Untuk meningkatkan kebugaran siswa SMP Negeri 18 Kota Jambi.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya mengenai penggunaan permainan tradisional dalam meningkatkan kebugaran jasmani.

Manfaat praktis

Bagi siswa: Meningkatkan kesadaran akan pentingnya kebugaran jasmani dan memberikan alternatif kegiatan yang menyenangkan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Bagi guru: Memberikan referensi dan ide dalam merancang kegiatan P5 yang inovatif dan efektif untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Bagi sekolah: Meningkatkan kualitas pembelajaran dan memberikan kontribusi pada peningkatan kesehatan dan kebugaran siswa.

