

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring berjalannya waktu, permainan tradisional menjadi kurang populer, terutama di kota-kota besar. Anak-anak zaman sekarang bahkan tidak tahu permainan tradisional yang sebenarnya menyenangkan. Salah satu peninggalan nenek moyang permainan tradisional yang menggambarkan representasi yang memiliki integritas serta karakteristik lokal. Setiap daerah di Indonesia memiliki keberagaman permainan tradisional tersendiri antara satu daerah dengan daerah lainnya berbeda-beda sesuai dengan kebiasaan yang dimainkan orang terdahulu. Seiring berkembang pesatnya teknologi, semakin populernya permainan berbasis online, akibatnya minat anak-anak dalam permainan tradisional menurun. Game online biasanya tidak memiliki dampak yang baik untuk melatih kebugaran fisik dan bersifat pasif. Hal ini berdampak pada anak yang cenderung lebih senang diam menghabiskan waktu dirumah dibandingkan berbaur dengan anak-anak dilingkungannya, jelas jika dilihat dari aspek sosialnya anak akan menjadi anti sosial dan susah bergaul dengan orang lain.

Menurut (Sujiono, 2019) sebenarnya, permainan online dan permainan tradisional tidak menjadi perdebatan yang rumit. Namun, banyak orang menyadari bahwa nilai didaktis atau mendidik permainan tradisional perlu dipertimbangkan kembali di era modern. Ini karena permainan online dianggap semakin menjauhkan anak-anak dari nilai didaktis permainan tradisional. Pergerakan yang aktif di

permainan tradisional berdampak baik pada kualitas sistem gerak tubuh dalam melatih keseimbangan anak. Menurut (Puput & Ria, 2021) Egrang merupakan olahraga tradisional yang memiliki karakteristik permainan berupa aktivitas berjalan dengan menggunakan bantuan dua batang bambu yang diberi tumpuan, membutuhkan keseimbangan dan koordinasi gerak yang baik. Sedangkan menurut (Yhana, 2015), bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan keseimbangan tubuh. Salah satu permainan tradisional lain yang dapat melatih sistem gerak yang baik terutama unsur keseimbangan adalah olahraga tradisional menggunakan egrang.

Permainan tradisional egrang bambu merupakan satu contoh dari permainan tradisional yang ada di Indonesia, namun pada faktanya, permainan tradisional egrang di Indonesia menunjukkan perkembangan yang buruk karena mulai ditinggalkan. Kecenderungan yang tampak bahwa berbagai bentuk permainan tradisional kini tidak dikenal oleh banyak kalangan anak, karena sudah jarang dimainkan, padahal apabila anak bermain permainan tradisional maka salah satu kegunaannya dapat meningkatkan keseimbangan. Menurut (Moeslichatoen, 2016), bahwa melalui bermain anak akan dapat memuaskan tuntutan dan kebutuhan perkembangan dimensi dari motorik, kognitif, kreativitas, bahasa, emosi, sosial, nilai, dan sikap hidup. Olahraga tradisional untuk mengeksplor potensi anak dapat melalui permainan adalah satu hal yang mutlak diperlukan dalam perkembangan anak, semakin banyak pilihan serta kesempatan anak untuk bermain dan

berekplorasi, sehingga aspek perkembangan anak dapat berkembang secara optimal.

Dalam olahraga tradisional egrang, anak-anak harus mempertahankan keseimbangan dengan berdiri di atas papan yang terbuat dari bambu dan berjalan agar tetap berdiri di atas egrang. Ini adalah cara yang bagus untuk meningkatkan keseimbangan mereka. Selama permainan, otot-otot anak akan berkontraksi, dan mereka dapat mengontrol gerakannya sendiri. Menurut (Kurniawan & Hidayat, 2023) Keseimbangan merupakan komponen motorik yang sangat penting dalam aktivitas fisik, dimana tubuh dapat mempertahankan posisinya dalam berbagai kondisi yang menuntut kesadaran akan postur, sedangkan Menurut (Iskandar & Pratama, 2023) Keseimbangan adalah suatu keadaan dimana tubuh mampu mempertahankan posisi dan kestabilan baik saat diam maupun bergerak dengan melibatkan koordinasi visual, vestibular, dan proprioseptif. Oleh karena itu, olahraga tradisional egrang sangatlah membantu dalam membentuk keseimbangan motorik bagi bagi anak-anak agar lebih baik lagi.

Dari penjelasan tersebut tentang olahraga tradisional egrang yang mempengaruhi keseimbangan siswa, seharusnya olahraga tradisional egrang dapat dilestarikan dengan baik dan dapat membuat untuk mrm bentuk keseimbangan motorik pada anak-akan di zaman sekarang. Oleh karena itu, masalah yang akan diteliti adalah bagaimana “Pengaruh Latihan Olahraga Tradisional (Egrang Bambu) Terhadap Keseimbangan Pada Siswa Kelas VIII.A di SMP Karya Agung”

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identitas masalah yang telah di uraikan diatas, serta untuk menghindari salah penulisan dalam penelitian ini maka dibuat batasan masalah. Adanya pembatasan masalah dari pokok permasalahan ini adalah Pengaruh Olahraga tradisional (egrang bambu) Terhadap Keseimbangan Pada Siswa Kelas VIII.A di SMP Karya Agung.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya mengenai Olahraga tradisional (egrang bambu) Terhadap Keseimbangan Pada Siswa Kelas VIII.A di SMP Karya Agung, komunikasi interpersonal dan motivasi berprestasi maka, dibuatlah rumusan masalah sebagai berikut: Apakah terdapat pengaruh olahraga tradisional (egrang bambu) terhadap keseimbangan pada siswa kelas VIII.A di SMP Karya Agung?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut: “Untuk mengetahui dan menganalisis Olahraga tradisional (egrang bambu) Terhadap Keseimbangan Pada Siswa Kelas VIII.A di SMP Karya Agung”

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang dilaksanakan diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dari peneliti atau pembina ekstrakurikuler di sekolah yang bersangkutan untuk menjadi acuan berpikir ilmiah.

2. Secara Praktis

- a. Manfaat bagi siswa untuk membantu para siswa belajar sistem keseimbangan motorik menggunakan olahraga tradisional (egrang bambu).
- b. Manfaat bagi peneliti adalah menambahnya wawasan peneliti tentang latihan olahraga tradisional (egrang bambu) terhadap keseimbangan pada siswa kelas VIII.A DI SMP Karya Agung.

E. Definisi Operasional

Agar terhindar dari salah penafsiran dalam penelitian ini, maka penulis perlu memberikan definisi dari variabel-variabel dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Olahraga Tradisional

Menurut (Widiastuti, 2022) Olahraga tradisional merupakan permainan warisan budaya yang mengandung nilai-nilai kearifan lokal, mengembangkan keterampilan fisik, mental, dan sosial, serta menjadi identitas suatu daerah.

2. Egrang Bambu

Menurut (Kurniati, 2020) Egrang Bambu adalah permainan tradisional yang menggunakan dua batang bambu atau kayu sebagai alat untuk berjalan, dengan pijakan yang dibuat secara khusus dan dipasang pada ketinggian tertentu sebagai tempat tumpuan kaki untuk berjalan

3. Keseimbangan

Menuru (Nurhasan, 2022) Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otot untuk menahan beban atau tahanan yang dilakukan dalam beraktivitas baik secara statis maupun dinamis.