

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Zainudin (2019). pendidikan jasmani merupakan komponen penting dalam kurikulum sekolah dasar yang berfungsi untuk mengembangkan kemampuan gerak, keterampilan sosial, dan kebugaran jasmani peserta didik. Tujuan utama pendidikan jasmani adalah membantu anak mencapai perkembangan fisik dan motorik yang optimal melalui berbagai aktivitas yang menyenangkan dan bermakna. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat memperkuat komponen biomotor seperti kecepatan, kelincahan, kekuatan, daya tahan, dan koordinasi tubuh, yang menjadi dasar dalam setiap gerakan olahraga maupun aktivitas sehari-hari.

Selain melalui latihan konvensional, Zainudin (2019). juga menyatakan bahwa salah satu strategi efektif untuk menumbuhkan kemampuan biomotor anak adalah dengan memanfaatkan permainan tradisional. Permainan tradisional tidak hanya bernilai budaya, tetapi juga mampu melatih kerja sama, koordinasi, dan kebugaran jasmani secara menyeluruh. Hadang merupakan salah satu permainan tradisional Indonesia yang mengharuskan anak berlari, menghindar, menjaga garis, dan bekerja sama dengan tim. Aktivitas-aktivitas dalam Hadang secara langsung melibatkan keterampilan biomotor seperti kecepatan, kelincahan, dan

keseimbangan yang, jika dilakukan secara berulang, dapat mengembangkan aspek fisik anak secara signifikan.

Penelitian Anggraini dan Andika (2022). menemukan bahwa permainan Hadang mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor anak usia 5–6 tahun secara signifikan setelah beberapa kali pertemuan. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Khumaidah et al. (2022). yang menunjukkan peningkatan kemampuan motorik kasar melalui permainan Hadang dan Congklak pada siswa sekolah dasar.

Menurut (Rusli, et al., 2022). permainan tradisional merupakan bentuk aktivitas fisik yang efektif dalam meningkatkan kemampuan biomotor anak, seperti kekuatan, kelincahan, dan koordinasi tubuh. Hadang, sebagai salah satu permainan tradisional populer di Indonesia, melibatkan unsur aktivitas fisik seperti berlari, menghindar, dan menjaga garis pertahanan. Wicaksono dan Nawan (2021). menambahkan bahwa permainan ini secara signifikan dapat meningkatkan kemampuan kecepatan reaksi anak, walaupun tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan terhadap keseimbangan tubuh. Permainan ini menuntut pemain untuk bergerak cepat, bereaksi terhadap rangsangan visual, serta menjaga keseimbangan saat berpindah posisi, sehingga melibatkan komponen biomotor seperti kecepatan, kelincahan, dan koordinasi. Namun demikian, analisis lebih mendalam tentang komponen biomotor mana yang paling dominan dipengaruhi oleh Hadang, khususnya pada anak sekolah dasar di kelas V sekolah dasar, masih sangat terbatas.

Berdasarkan observasi awal di SDIT Al-Fath Jalen, sekitar 70% siswa kelas V lebih aktif mengikuti permainan dibanding latihan kebugaran konvensional. Namun, sebagian besar siswa belum memahami manfaat fisik yang diperoleh dari permainan tersebut. Guru PJOK menyampaikan bahwa permainan Hadang sering digunakan karena dapat meningkatkan semangat dan aktivitas fisik siswa, meskipun belum pernah dilakukan analisis ilmiah mengenai komponen biomotor yang berkembang dari permainan ini di sekolah tersebut. Menurut Sesanti et al. (2023). observasi aktivitas fisik berbasis permainan dapat membantu guru mengidentifikasi kemampuan biomotor siswa, seperti kecepatan, kelincahan, dan koordinasi tubuh. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan guna menganalisis komponen biomotor dalam permainan Hadang pada siswa kelas V SDIT Al-Fath Jalen sebagai acuan dalam pembelajaran PJOK yang lebih efektif.

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa permainan tradisional Hadang berkontribusi dalam pengembangan kemampuan biomotor anak, analisis mendalam mengenai komponen biomotor mana yang paling dominan berkembang melalui permainan ini pada siswa kelas V SDIT Al-Fath Jalen masih sangat terbatas. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan mengenai aspek biomotor apa saja yang paling dipengaruhi oleh permainan Hadang pada kelompok usia tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mengidentifikasi komponen biomotor yang berkembang dalam permainan Hadang di kalangan siswa kelas V, sehingga

dapat menjadi dasar bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif dan tepat sasaran.

## **B. Batasan Masalah**

Untuk memperoleh gambaran serta hasil yang jelas maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, hal ini dilakukan dengan asumsi agar penelitian tidak menyimpang dari maksud serta sasaran penelitian. Disamping itu pula hal ini dilakukan sebagai langkah untuk memudahkan dalam proses penelitian yang di laksanakan. Batasan ruang lingkup serta penelitian adalah sebagai berikut :

1. Penelitian ini difokuskan pada siswa kelas V SDIT Al-Fath Jalen tahun ajaran 2025/2026.
2. Objek penelitian adalah permainan tradisional Hadang sebagai media aktivitas fisik.
3. Analisis dibatasi pada komponen biomotor anak, yaitu kecepatan, kelincahan, kekuatan, daya tahan, dan koordinasi tubuh yang muncul selama permainan.
4. Penelitian tidak membahas aspek kognitif, sosial, maupun emosional siswa selama permainan.
5. Evaluasi perkembangan biomotor dilakukan melalui observasi aktivitas fisik saat permainan, bukan dengan tes fisik laboratorium.
6. Waktu penelitian dibatasi pada sejumlah pertemuan sesuai jadwal pembelajaran PJOK di sekolah.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang di kaji oleh peneliti bahwasanya rumusan masalah pada penelitian kali ini ialah sebagai berikut: Bagaimana hasil analisis komponen Biomotor pada permainan Hadang terhadap siswa di kelas V SDIT Al-Fath Jalen ?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan penelitian dalam Penelitian ini ialah sebagai berikut: Menganalisis dan mengidentifikasi komponen-komponen biomotor yang muncul dalam permainan tradisional Hadang pada siswa kelas V SDIT Al-Fath Jalen tahun ajaran 2025/2026.

### **E. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan yang telah dijelaskan, penelitian ini memberikan beberapa manfaat yang dapat diperoleh, antara lain:

#### **1. Secara Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan di bidang pendidikan jasmani, khususnya terkait pengembangan kemampuan biomotor melalui permainan tradisional Hadang. Temuan penelitian dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai pengaruh permainan fisik terhadap perkembangan motorik anak.

#### **2. Secara Praktis**

Bagi guru pendidikan jasmani di SDIT Al-Fath Jalen, hasil penelitian ini menjadi acuan dalam merancang metode pembelajaran yang efektif dan menyenangkan dengan memanfaatkan permainan Hadang sebagai media pengembangan biomotor. Penelitian ini juga membantu meningkatkan pemahaman guru dan siswa tentang manfaat fisik dari permainan tradisional

tersebut. Bagi siswa, penelitian ini mendukung penyediaan aktivitas fisik yang menyenangkan sekaligus berkontribusi positif pada perkembangan kemampuan fisik dan motorik, mendukung tumbuh kembang optimal sesuai usia.

Manfaat-manfaat tersebut juga didukung oleh penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa permainan Hadang mampu meningkatkan kelincahan dan kemampuan motorik kasar anak secara signifikan serta memotivasi aktivitas fisik di sekolah. (Pradana et al., 2024).

#### **F. Definisi Operasional**

Batasan istilah diperlukan untuk mencegah kebingungan dan menghindari perbedaan pandangan yang dapat menyebabkan kesalahan dalam menafsirkan serta memahami masalah yang sedang diteliti. Berikut adalah definisi istilah yang digunakan dalam penelitian ini

##### **1. Komponen Biomotor**

Dalam penelitian ini, komponen biomotor diartikan sebagai aspek-aspek kemampuan fisik dasar yang muncul dalam aktivitas gerak dan berkontribusi pada performa motorik anak. Komponen yang dianalisis meliputi kecepatan, kelincahan, kekuatan, daya tahan, Kordinasi dan keseimbangan. Berbagai literatur menyebutkan bahwa komponen biomotor utama pada anak sekolah dasar mencakup kekuatan otot, daya tahan, kelincahan, kecepatan, dan koordinasi, yang menjadi fondasi penting dalam pengembangan kemampuan fisik melalui pendidikan jasmani (Zainudin, 2019).

## **2. Permainan Hadang**

Permainan tradisional Hadang merupakan permainan di mana pemain dibagi menjadi tim penyerang dan penjaga. Pemain harus berlari, menghindar, melewati garis-garis, serta bekerja sama dengan timnya untuk menyeberang area tanpa tersentuh oleh penjaga. Permainan ini sering digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar untuk mengembangkan kemampuan fisik dan motorik siswa.

