

PROCEEDINGS

Seminar Nasional Olahraga

“Olahraga Sebagai Wujud Kemandirian Mahasiswa Indonesia”



dalam rangka

Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS)

XIII Tahun 2013 Daerah Istimewa Yogyakarta



Diterbitkan Oleh:

Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta



Proceedings

Seminar Nasional Olahraga dalam rangka Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) XIII DIY 2013 “Olahraga Sebagai Wujud Kemandirian Mahasiswa Indonesia”

Penerbit:

Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Tim Seleksi Naskah:

Suhadi, M.Pd.
Soni Nopembri, M.Pd.
Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.

Editor:

Saryono, M.Or.
Sukinah, M.Pd.
Danang Wicaksono, M.Or.
Fathan Nurcahyo, M.Or.
Rahmat Nurcahyo, M.A.

Editor Pelaksana:

Fathurrohman Arjuna, M.Or.
Heri Yoga, M.Or.
Nur Sita Utami, M.Or.

Desain Sampul:

Sugeng Setia Nugroho, A.Md.

Sekretariat:

Kemahasiswaan Universitas Negeri Yogyakarta 55281 Jl. Colombo
No. 1 Karangmalang, Yogyakarta. Telp./Fax. (0274) 548205,
562634 Website: www.pomnasdiy.com

Tulisan yang dimuat di Proceedings belum tentu merupakan cerminan sikap dan atau pendapat Penyunting Pelaksana, Penyunting, dan Penyunting Ahli. Tanggung jawab terhadap isi dan atau akibat dari tulisan, tetap terletak pada penulis. Artikel yang dimuat dalam proceeding ini dinyatakan sah dengan dilengkapi surat keterangan presentasi.



PROCEEDINGS

Seminar Nasional Olahraga

*“Olahraga Sebagai Wujud
Kemandirian Mahasiswa
Indonesia”*

dalam rangka

Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS)
XIII Tahun 2013 Daerah Istimewa Yogyakarta



Diterbitkan Oleh:

Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
27 November 2013

KATA PENGANTAR

Salam olahraga,

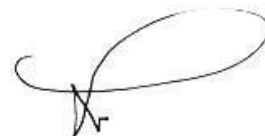
Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Allah swt, karena atas karunia-Nya sehingga Proceeding Seminar Nasional Olahraga dalam rangka Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) XIII DIY 2013 dapat diterbitkan. Seminar dengan tema "Olahraga sebagai Wujud Kemandirian Mahasiswa Indonesia" dilaksanakan pada tanggal 27 November 2013 di Ruang Sidang Utama Rektorat Universitas Negeri Yogyakarta, dengan penyelenggara Badan Pembina Olahraga Mahasiswa (BAPOMI).

Seminar ini dilaksanakan dalam rangka menyukseskan dan menyemarakkan Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) XIII DIY 2013 . Penyelenggaraan seminar ini bertujuan sebagai media bagi para ilmuan dan praktisi keolahragaan untuk mensinergiskan dan bertukar pikiran mengenai berbagai langkah strategis dalam peningkatan prestasi olahraga sebagai sarana kemandirian mahasiswa Indonesia menuju bangsa yang mandiri.

Proceeding ini memuat karya tulis dari berbagai hasil penelitian dan kajian ilmiah yang meliputi olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi. Karya tulis tersebut berasal dari para ilmuan dan praktisi keolahragaan.

Semoga penerbitan proceeding ini dapat membawa manfaat bagi para peserta pada khususnya dan para pembaca pada umumnya. Akhir kata bagi semua pihak yang telah membantu pelaksanaan seminar ini, kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 27 November 2013
Ketua Seminar Nasional Olahraga,



Suhadi, M.Pd.

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	iv
PRESTASI OLAHRAGA SEBAGAI IDENTITAS DAN KARAKTER BANGSA	
Oleh: Prof. Dr. Djoko Pekik Irianto, M.Kes., AIFO. Deputi Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga Kementerian Pemuda dan Olahraga RI	
PERAN PERGURUAN TINGGI DALAM MENDUKUNG PRESTASI OLAHRAGA	
Oleh: Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd. M.A. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta	
OLAHRAGA MAHASISWA UNTUK DUNIA	
Oleh: Prof. Dr. Mulyana, M.Pd. PP BAPOMI	
Membangun Perilaku Empati Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani	
Oleh: Nurhadi Santoso Universitas Negeri Yogyakarta	1 - 10
Pemetaan Kompetensi Lulusan Penjaskes. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu 2013.	
Oleh: Dian Pujianto, Tono Sugihartono, Syafrial, Bayu Insanisty Universitas Bengkulu	11 - 15
Tingkat pengetahuan mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY Terhadap Pembelajaran Permainan Sepakbola Melalui Pendekatan Taktik	
Oleh: Yudanto Universitas Negeri Yogyakarta	16 - 26
Pembelajaran Berbasis Blended Learning (PBBL) Untuk Meningkatkan Softskill Mahasiswa	
Oleh: Febrita Paulina Heynoek, Wasis Djoko Dwiyo, Sri Purnami Universitas Negeri Malang	27 - 37
Konsep Pendidikan Jasmani Untuk Anak Usia Dini	
Oleh: Aris Fajar Pambudi Universitas Negeri Yogyakarta	38 - 46
Standarisasi Tes Keterampilan Bola Basket STO Sebagai Tes Baku Untuk Mahasiswa FIK UNY Dalam Mata Kuliah Dasar Gerak Bola Basket	
Oleh: Tri Ani Hastuti, Budi Aryanto Universitas Negeri Yogyakarta	47 - 58
Persepsi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SD Tentang Pendidikan Karakter Di Kabupaten Kulon Progo	
Oleh: Sriawan Universitas Negeri Yogyakarta	59 - 70

Tiga Pilar Struktur Pembangunan Olahraga di Indonesia Oleh: Suhadi Universitas Negeri Yogyakarta	71 - 78
Pengembangan Gerak Dasar Multilateral Sebagai Dasar Pembelajaran Atletik Pada Kelas Permulaan SD Dengan Menggunakan Pendekatan Pembelajaran Aktif, Kreatif, Efektif Dan Menyenangkan Oleh: Athar, H. Sarmidi, Said Abdillah, Mashud Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin	79 - 96
Pengetahuan Mahasiswa Terhadap Model Pembelajaran Pendekatan Taktik (Teaching Games For Understanding) Oleh: Soni Nopembri Universitas Negeri Yogyakarta	97 - 105
Keterampilan Bermain Futsal Oleh: Agus Susworo Dwi Marhaendro Universitas Negeri Yogyakarta	106 - 119
Pengembangan Media Berbantuan Komputer Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan SMA Oleh: Nur Rohmah Muktiani , Tri Ani Hastuti, A.Erlina L Universitas Negeri Yogyakarta	120 - 128
Makna Olahraga Di Perguruan Tinggi Oleh: Suharjana Universitas Negeri Yogyakarta	129 - 137
Umpan Balik Terhadap Tugas Rangkuman Aktivitas Diskusi Dan Presentasi Guna Meningkatkan Prestasi Belajar Mahasiswa Oleh: Supriyadi Universitas Negeri Malang	138 - 163
Pengembangan Kebugaran Melalui Olahraga Traditional Bali Bagi Siswa SD Oleh: I Kadek Happy Kardiawan Universitas Pendidikan Ganesha Bali	164 - 175
Pemetaan Tugas Akhir Skripsi (TAS) Mahasiswa Program Studi PJKR Tahun 2012 Oleh: Amat Komari, Erwin Setyo K, Fathan Nurcahyo Universitas Negeri Yogyakarta	176 - 188
Peran Guru Dalam Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Bermain Hula Hop Oleh: Sri Sumarni Universitas Sriwijaya	189 - 196
Identifikasi Hambatan Komunikasi Yang Berimplikasi Pada Efektivitas Dan Ketercapaian Tujuan Latihan Anggota Ukm Olahraga Universitas Negeri Yogyakarta Oleh: Eka Novita Indra Universitas Negeri Yogyakarta	197 - 207

Pembelajaran Permainan Tradisional Melalui Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini (Kajian Aspek Sosial Budaya Permainan Tradisional) Oleh: Banu Setyo Adi Universitas Negeri Yogyakarta	208 - 217
Efek Latihan Insanity Terhadap Komponen Biomotor Tubuh Oleh: Apta Mylsidayu, Mia Kusumawati UNISMA Bekasi	218 - 229
Model Alat Pemukul Permainan Karonball Oleh: Hedi Ardiyanto Hermawan Universitas Negeri Yogyakarta	230 - 239
Pengaruh Pelatihan Plyometric Dan Tingkat Kelentukan Terhadap Kecepatan Lari 30 Meter Oleh: Ruruh Andayani Bekti Universitas Negeri Yogyakarta	240 - 247
Reliabilitas Dan Validitas Tes Kemampuan Mengatasi Stress Dalam Olahraga Acsi - 28 (Athletic Coping Stress Inventory – 28) Dalam Bahasa Indonesia Oleh: Kurniati Rahayuni, Moch. Yunus, Riyadh Fadil Universitas Negeri Malang	248 - 259
Pengaruh Latihan Senam Aerobik Terhadap Indeks Massa Tubuh Dan Asam Lemak Bebas Pada Remaja Putri Obesitas Oleh: Moch. Yunus Universitas Negeri Malang	260 - 270
Breathing Exercise Untuk Meningkatkan Kemampuan Menyelam Oleh: Widiyanto Universitas Negeri Yogyakarta	271 - 277
Kemandirian, Prestasi Olahraga Merupakan Hubungan Sinergis Dan Ideal Bagi Mahasiswa Kepelatihan Olahraga Oleh: Danang Wicaksono Universitas Negeri Yogyakarta	278 - 285
Mahasiswa Yang Bugar Dan Mandiri Menuju Prestasi Oleh: F. Suharjana Universitas Negeri Yogyakarta	286 - 294
Model Latihan Yang Cocok Untuk Lansia Agar Memiliki Kebugaran Yang Baik Oleh: CH. Fajar Sri W. Universitas Negeri Yogyakarta	295 - 302
Purposive Behavior Dalam Pencapaian Flow Pada Penampilan Atlet Oleh: Wasti Danardani Universitas Pendidikan Ganesha Bali	303 - 309

Pengembangan Komponen Fisik Untuk Peningkatan Prestasi Atlet Oleh: Waluyo Universitas Sriwijaya	310 - 317
Karakteristik Lactate Threshold Pada Atlet Taekwondo Daerah Istimewa Yogyakarta Selama Kompetisi Oleh: Widiyanto, Devi Tirtawirya, Awan Hariono Universitas Negeri Yogyakarta	318 - 327
Pemulihan (Recovery) Setelah Latihan Fisik Oleh: Hajar Danardono UTP Surakarta	328 - 335
Perkembangan Latihan Daya Tahan Aerobik Siswa SSO Real Madrid Foundation Yogyakarta Oleh: Nawan Primasoni Universitas Negeri Yogyakarta	336 - 344
Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Kecepatan Reaksi Tangan Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Pukulan Depan Dalam Pencak Silat Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Sriwijaya Oleh: Maskur Ahmad Universitas Sriwijaya.....	345 - 365
Peningkatan Physical Efficiency Index Setelah Latihan Senam Aerobik High Impact, Low Impact, Dan Mix Impact Oleh: Karlina Dwijayanti, Hajar Danardono UTP Surakarta	366 - 380
Evaluasi Serapan Mahasiswa PKO 2012 Dalam Mengikuti Kuliah Dasar Gerak Senam Oleh: Ratna Budiarti Universitas Negeri Yogyakarta	381 - 390
Analisis Kualitatif Cabang Olahraga Atletik (Tolak Peluru) Oleh: Ucok Hasian Refiater Universitas Negeri Gorontalo	391 - 398
Perkembangan Kecakapan Olahraga Bolavoli Oleh: Yuyun Ari Wibowo Universitas Negeri Yogyakarta	399 - 405
Pola Pelatihan Anak Usia Dini Pada Cabang Olahraga Bulutangkis Oleh: Luh Putu Tuti Ariani, Ni Luh Kadek Alit Arsani Universitas Pendidikan Ganesha Bali	406 - 413
Pembinaan Mahasiswa PJKR Melalui Olahraga Menuju Kemandirian Oleh: Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari Universitas Negeri Yogyakarta	414 - 421
Pembinaan Mahasiswa PJKR Melalui Olahraga Menuju Kemandirian Oleh: Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari Universitas Negeri Yogyakarta	422 - 431
Membangun Kemandirian Anak Anak, Remaja Dan Dewasa Untuk Berolahraga Oleh: Ahmad Nasrulloh Universitas Negeri Yogyakarta	

Proceedings Seminar Nasional Olahraga dalam rangka POMNAS XIII DIY 2013

Menjaga Kebugaran Jasmani Dengan Bersepeda Oleh: Fatkurahman Arjuna Universitas Negeri Yogyakarta	432 - 440
Kafein Sebagai Zat Ergogenik, Seberapa Efektifkah? Oleh: Muhammad Ikhwan Zein Universitas Negeri Yogyakarta	441 - 449
Olahraga Sebagai Identitas Dan Kemandirian Bangsa Oleh: Sigit Nugroho Universitas Negeri Yogyakarta	450 - 459
Kebugaran Jasmani Mahasiswa Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan FKIP Universitas Sriwijaya Oleh: Giartama UTP Surakarta	460 - 469
Implementasi Permainan Tradisional Megoak-Goakan Dalam Upaya Mengembangkan Industri Olahraga Pariwisata Berbasis Budaya Lokal Di Kabupaten Buleleng-Bali Oleh: I Made Budiawan Universitas Pendidikan Ganesha Bali	470 - 475
Tingkat Kesegaran Jasmani Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Penjas Kelas B Angkatan 2012 Wates Yogyakarta Oleh: A. Erlina Listyarini Universitas Negeri Yogyakarta	476 - 485
Jogging Sebagai Sarana Olahraga Dan Rekreasi Oleh: Endang Sri Wahjuni Universitas Negeri Surabaya	486 - 496
Asosiasi Potensi Seni Pencak Silat Pada Status Kondisi Sakral Sebagai Hiburan Turis Oleh: Ni Luh Putu Spyanawati, Kadek Yogi Parta Lesmana Universitas Pendidikan Ganesha Bali	497- 502
Analisis Secara Biomekanika Terhadap Kecepatan Kesalahan Pada Teknik Gerak Tangkisan 4 Dalam Pertandingan Anggar (Kajian Spesifikasi Senjata Floret) Oleh: Faidillah Kurniawan Universitas Negeri Yogyakarta	503 - 519
Manajemen klub olahraga Sekolah dasar Oleh: Lismadiana Universitas Negeri Yogyakarta	520 - 530
Mengembangkan Pariwisata Bali Dan Potensi Ekonomis Melalui Sepakbola Pantai Oleh: I Made Satyawan & I Nyoman Sudarmada Universitas Pendidikan Ganesha Bali	531- 535
Penggunaan NSAID Pada Cedera Olahraga Oleh: Sendhi Trisanti Puspitasari Universitas Negeri Malang	537 - 545

Tubing Sebagai Ikon Olahraga Pariwisata Di Bali

Oleh: I Wayan Muliarta

Universitas Pendidikan Ganesha Bali 546 - 555

Intervensi Media Massa Pada Olahraga: Suatu Pandangan Multidimensi

Oleh: Yustinus Sukarmin

Universitas Negeri Yogyakarta 556 - 565

Permainan Tradisional “Betengan” Sebagai Metode Permainan

Untuk Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini

Oleh: Slamet Junaedi, Isfauzi Hadi Nugroho

Universitas Nusantara PGRI Kediri 566 - 571

Hubungan Persepsi dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Penjas

Pada Siswa Kelas VIII Di SMPN 2 Lengkong Kabupaten Nganjuk

Oleh: Wasis Himawanto

Universitas Nusantara PGRI Kediri 572 - 586

Proceedings Seminar Nasional Olahraga dalam rangka POMNAS XIII DIY 2013

PEMBELAJARAN PERMAINAN TRADISIONAL MELALUI PENDIDIKAN JASMANI ANAK USIA DINI (KAJIAN ASPEK SOSIAL BUDAYA PERMAINAN TRADISIONAL)

Banu Setyo Adi
Universitas Negeri Yogyakarta

ABSTRACT

Early age is a very appropriate time to provide stimulation for the children. At an early age children need variety of stimulus to develop themselves, so it will give them the experience that can be used for the future. The pattern of modern life is currently showing a negative trend for childhood development. Traditional game which is the wealth of the nation is getting left out by the modern game. Children never practice physical activities in a game.

There are lots of traditional games that are inexpensive, easy to play and can be an alternative way learn early age. Traditional games such as *sunda manda*, *egrang*, *boi-boinan*, and others are the result of habits that are considered good by the public. Actually, this game passed down from generation to generation. The lofty values embodied in it make this game reflect to the custom of the people in Indonesia. Physical education contains benefits not only in the physical, but also mental and social. Meanwhile, for the application of traditional games in learning, childhood physical education should pay attention to the parameters of its implementation. Principle in development program which in accordance with the child's level of competence provides children: to have full of challenges, to open up the opportunity to learn, to add excitement and complacency. For that, teacher should be able to develop traditional games that suit the characteristics of children.

Keywords: *physical education, traditional games*

PENDAHULUAN

Bangsa Indonesia merupakan bangsa yang besar dengan berbagai macam budaya. Kekayaan budaya bangsa ini sudah diakui di dunia. Adanya berbagai macam budaya yang salah satunya adalah permainan, semakin menjadikan kebanggaan bangsa. Setiap permainan mengandung makna dan pesan yang mendalam. Untuk itu sangat penting bagi generasi muda untuk mengenal, memahami bahkan mampu mengkaji nilai-nilai luhur yang terkandung di dalam permainan tersebut.

Masa usia dini merupakan waktu yang sangat tepat untuk memberikan stimulasi bagi anak. Pada usia dini anak membutuhkan berbagai macam rangsangan untuk mengembangkan dirinya, sehingga akan memberikan pengalaman yang dapat digunakan untuk masa yang akan datang. Tugas perkembangan adalah memberikan kesempatan seluas-luasnya bagi anak untuk mengekspresikan dirinya melalui kegiatan bermain. Pemberian kesempatan ini bisa diberikan melalui berbagai aspek. Salah satu aspek yang mampu memberikan pengaruh terhadap perkembangan anak usia dini adalah lingkungan.

Pola kehidupan modern saat ini menunjukkan trend negatif bagi perkembangan anak usia dini. Permainan tradisional yang merupakan kekayaan bangsa semakin ditinggalkan berganti dengan permainan modern. Anak tidak pernah mempraktikan dalam kegiatan bermainnya. Anak terbiasa menonton tayangan televisi sampai berjam-jam, kebiasaan

bermain *play station* atau *game* di komputer. Kebiasaan hidup yang menyebabkan anak pasif atau kurang gerak tersebut akan mengakibatkan keadaan fisik anak menjadi kurang baik. Ibrahim (2009) mengungkapkan bahwa ciri anak yang waktu dan kesempatan bermain kurang adalah lemah dalam aktivitas fisik. Groves dalam Rae Pica (2000: 3) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa anak usia 2-5 tahun menghabiskan waktu 25,5 jam setiap minggu untuk menonton televisi dan anak usia 6-11 tahun menghabiskan waktu 23 jam setiap minggu untuk menonton televisi. Hope M Cummings dari University of Michigan dan Dr Elizabeth A Vanderwater dari University of Texas dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa sekitar 36 persen (mayoritas laki-laki) terbiasa memainkan *video game* sekitar satu jam per hari dan satu setengah jam di akhir pekan (Surabaya Post Sabtu, 7 Februari 2009).

Di Indonesia hasil observasi yang dilakukan Adiyati, dkk (2007) tentang kemampuan perseptual motor pada anak usia dini 0 sampai 6 tahun menunjukkan hasil bahwa kemampuan motorik anak usia dini kelompok *kindergarten* karena terbatasnya area bermain. Akibatnya banyak anak yang kurang bergerak karena hanya duduk diam di depan televisi atau komputer. Imam P Ketua Yayasan Nurani Dunia dalam sebuah wawancara berkata,

—Berdasarkan pengamatan, saya sangat prihatin dengan tatanan sosial dan fisik masyarakat kita yang menjadi salah satu faktor penghambat bagi anak-anak kita untuk menikmati dan memetik manfaat dari kegiatan dasar yang sangat mereka butuhkan, yaitu bermain. <http://www.cuplik.com>.

Sementara hasil dari wawancara kepada para pendidik taman kanak-kanak, menunjukkan bahwa permainan tradisional selama ini jarang sekali dilaksanakan pada proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Padahal terdapat banyak sekali permainan-permainan tradisional yang bersifat murah, mudah dimainkan dan bisa dijadikan sebagai alternatif dalam pembelajaran motorik anak usia dini.

PEMBAHASAN

Sejarah kehidupan menunjukkan bahwa pada dasarnya manusia senang dengan kegiatan bermain. Pada masa pertumbuhan dan perkembangan anak-anak akan mengeksplorasi diri melalui kegiatan bermain. Pada saat bermain anak akan bersinggungan dengan orang lain yang memaksanya untuk bersosialisasi. Teori bermain pemunculan kembali sifat-sifat pada seseorang yang sudah lama tidak muncul (aktivisme) menurut Stanley Hall (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992: 135) dikatakan bahwa permainan yang dilakukan oleh manusia (anak) itu merupakan ulangan dari kehidupan nenek moyang kita. Insting nenek moyang manusia yang merupakan makhluk sosial mengharapkan adanya orang lain dalam kehidupannya. Teori bermain membahas tentang aktivitas jasmani anak yang dilakukan dengan rasa senang, sederhana serta kaitan bermain sebagai wacana

pencapaian tujuan pendidikan (sukintaka dalam Victor G Simanjuntak,dkk, 2008:6-3). Permainan adalah kontes suka rela yang didasari peraturan dan tujuan-tujuan yang dinyatakan dengan jelas (Morris dalam Sri santoso, 2008).

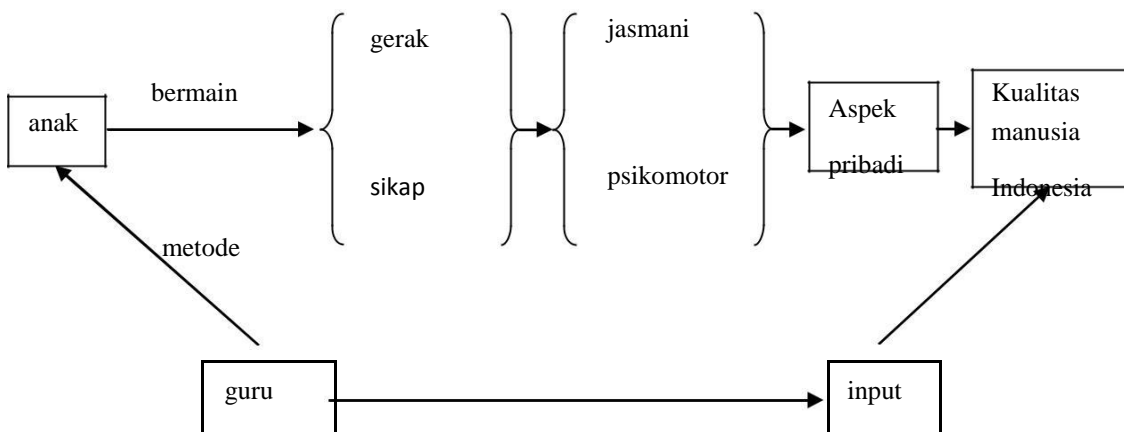
Bermain mengembangkan aspek sosial emosional anak yaitu melalui bermain anak mempunyai rasa memiliki, merasa menjadi bagian/diterima dalam kelompok, belajar untuk hidup dan bekerja sama dalam kelompok dengan segala perbedaan yang ada. Keinginan yang tak terucapkan juga semakin terbentuk ketika anak bermain. Aspek kognitif berkembang pada saat anak bermain yaitu anak mampu meningkatkan perhatian dan konsentrasinya, mampu memunculkan kreativitas, mampu berfikir divergen, melatih ingatan, mengembangkan prespektif, dan mengembangkan kemampuan berbahasa.

Kajian Permainan Tradisional yang Berhubungan dengan Aspek Pendidikan

1. Unsur Pendidikan dalam Permainan

Permainan merupakan salah satu kegiatan dalam pendidikan jasmani, sehingga tujuan dari permainan merupakan bagian dari tujuan pendidikan. Sedangkan yang dimaksud permainan tradisional adalah segala perbuatan baik menggunakan alat atau tidak yang diwariskan turun temurun dari nenek moyang sebagai sarana hiburan atau untuk menyenangkan hati (Ifa, 2006: 6).

Berikut adalah pencapaian bermain dalam usaha pendidikan manusia (Sukintaka, 1992: 12):



Gambar 1. Pencapaian bermain dalam pendidikan

Pada permainan apabila di hubungkan dengan pendidikan jasmani sesuai gambar di atas, ada banyak manfaat untuk meningkatkan kualitas anak usia dini. Manfaat-manfaat tersebut adalah:

- a. Aspek psikomotor: terjadi pada saat anak aktif menggerakkan tubuhnya, maka secara langsung akan menyebabkan peningkatan keterampilan motorik anak
 - b. Aspek afektif: rasa tolong menolong, mematuhi peraturan, bekerjasama akan dilakukan anak dalam kegiatan permainan
- Aspek kognitif: pola pikir untuk mampu melakukan gerakan dan menyadari gerak dasar yang dilakukan

Ranah pendidikan karakter yang dicapai melalui permainan menurut Caron dan Allen (Victor G Simanjuntak, dkk, 2008:6-3-7) adalah:

Nilai diri dan percaya diri

Setiap permainan melibatkan dua orang atau lebih. Anak akan berusaha menampilkan *performance* yang optimal dalam bermain. Partisipasi anak dalam memainkan permainan akan secara tidak sengaja memupuk rasa percaya diri. Anak akan terbiasa tampil di depan teman-temannya.

Kepercayaan, tanggungjawab dan kepedulian terhadap sesama

Ketika anak sedang bermain, ada tugas yang harus dia jalankan. Adanya tugas yang harus diselesaikan dan menyangkut kepentingan kelompok, menyebabkan anak akan berusaha menjalankan tugas dengan sebaik-baiknya. Kadang-kadang pada saat bermain anak harus mempercayakan dan berbagi tugas dengan temannya. Hal ini akan membiasakan anak untuk senantiasa menyelesaikan tugas dengan penuh tanggung jawab, mempercayai kemampuan orang lain, dan menumbuhkan rasa kepedulian dengan sesama.

Hubungan interpersonal dan keterampilan berkomunikasi yang efektif

Bermain melibatkan beberapa orang, baik sebagai kawan maupun sebagai lawan. Setiap permainan pasti membutuhkan komunikasi yang baik. Tanpa komunikasi yang baik maka akan sulit untuk menjalankan strategi, sehingga anak harus berusaha membuat komunikasi yang efektif dengan orang lain.

Kemampuan untuk berfikir/bersikap secara mandiri dan mengembangkan control diri

Keadaan permainan yang tidak bisa ditebak, menyebabkan anak harus segera mengambil keputusan secara cepat dan akurat. Pengambilan keputusan untuk memecahkan permasalahan yang muncul dalam permainan akan membiasakan anak untuk tenang dalam mencari solusi dan mendapatkan hasil yang terbaik.

Keterampilan untuk mengemukakan gagasan dan perasaannya

Ungkapan emosional anak yang muncul dalam permainan sebagai sarana pelepasan dapat mengasah anak dalam mengontrol sikap dan perilakunya. Pengambilan keputusan terutama dalam permainan beregu akan memicu keberanian anak untuk mengungkapkan gagasan dan ide terkait dengan kepentingan bersama.

- f. Pemahaman dan pengelolaan informasi tentang lingkungan fisik dan sosialnya
Anak akan mengidentifikasi kebutuhan lingkungan sekitar terhadap dirinya. Penempatan peran dan posisi dalam suatu permainan akan membiasakan anak untuk berperan dalam bersosialisasi.

Pemerolehan dan penggunaan keterampilan untuk memecahkan masalah
Permainan merupakan transfer keterampilan. Melalui bermain setiap anak akan mencoba mencontoh kemampuan yang dimiliki temannya.

Rasa ingin tahu tentang dunia dan sekitarnya dan rasa nyaman dalam belajar bereksplorasi.

Sikap alami yang dimiliki anak-anak adalah rasa ingin tahu tentang sekitarnya. Permainan yang melibatkan dengan alam sekitar dapat menumbuhkan sikap mencintai ciptaan Tuhan Yang Maha Esa.

Unsur Pendidikan permainan dalam pengembangan anak usia dini

Apabila dikaitkan dengan lima aspek pengembangan anak usia dini, maka permainan tradisional mempunyai manfaat yang sangat baik. Manfaat tersebut adalah:

Aspek Nilai Agama dan Moral

Pada saat anak bermain, dimana dalam permainan itu ada aturan yang sudah disepakati dan harus dipatuhi bersama. Anak harus mau melaksanakan dan mematuhi dengan sportif. Hal ini menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu mengembangkan nilai agama dan moral.

Aspek Sosial Emosional

Pada saat bermain, maka anak akan dihadapkan dengan kenyataan yang mengharuskan anak untuk berinteraksi dengan temannya. Pada saat berinteraksi itulah anak akan menemukan kejadian yang melibatkan emosinya. Misalnya: marah, sedih, takut, dan lain-lain. Pengendalian emosi ini yang akan mengembangkan kemampuan emosionalnya.

Aspek Fisik Motorik

Permainan membutuhkan suatu gerakan. Setiap gerakan membutuhkan koordinasi dari berbagai aspek dalam tubuh. Melalui permainan tradisional inilah anak akan selalu bergerak, sehingga akan memacu pertumbuhan dan perkembangan fisik motoriknya.

Aspek Kognitif

Penerimaan informasi dalam bermain membutuhkan suatu analisa yang cepat dan tepat. Kejadian yang tidak terduga dan membutuhkan suatu penyelesaian memaksa anak harus berfikir. Situasi ini akan membiasakan anak untuk aktif berfikir.

Aspek Bahasa

Bahasa isyarat maupun oral selalu digunakan dalam bermain. Semakin sering digunakannya bahasa dalam kehidupan sehari-hari, maka akan semakin berkembang kemampuan bahasa anak.

Kajian Sosial Budaya dalam Permainan Tradisional

Permainan tradisional merupakan bagian dari kebudayaan. Andreas Appink dalam Ifa (2006: 6) menyatakan bahwa kebudayaan mengandung keseluruhan pengertian, nilai, norma, ilmu pengetahuan dan keseluruhan struktur-struktur sosial, religious, dan lain-lain, yang juga memuat segala pernyataan intelektual dan seni yang menjadi cirri khas suatu masyarakat. Budaya adalah suatu kebiasaan yang muncul dan menjadi cara hidup yang berkembang dan dimiliki sebuah kelompok orang dan diwariskan dari generasi ke generasi. Budaya adalah suatu pola hidup menyeluruh. budaya bersifat kompleks, abstrak, dan luas. Banyak aspek budaya turut menentukan perilaku komunikatif. Unsur-unsur sosio-budaya ini tersebar dan meliputi banyak kegiatan sosial manusia. Kebudayaan sangat erat hubungannya dengan masyarakat. Perwujudan kebudayaan bisa berupa pola-pola perilaku, bahasa, peralatan hidup, organisasi sosial, religi, seni, dan lain-lain, yang kesemuanya ditujukan untuk membantu manusia dalam melangsungkan kehidupan bermasyarakat.

Nilai sosial adalah nilai yang dianut oleh suatu [masyarakat](#), mengenai apa yang dianggap baik dan apa yang dianggap buruk oleh masyarakat. Sebagai contoh, orang menanggapi menolong memiliki *nilai baik*, sedangkan mencuri bernilai *buruk*. Untuk menentukan sesuatu itu dikatakan baik atau buruk, pantas atau tidak pantas harus melalui proses menimbang.

Permainan tradisional seperti sunda manda, egrang, boi-boinan, dan lain-lain merupakan hasil dari munculnya kebiasaan yang dianggap baik oleh masyarakat terdahulu. Secara turun temurun permainan ini diwariskan dari generasi ke generasi.

Nilai-nilai luhur yang terkandung di dalamnya membuat permainan ini sesuai dengan adat bangsa Indonesia.

Penerapan Permainan Tradisional dalam Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini

Menurut Undang-undang no 20 tahun 2003 pasal 1 ayat 14 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Bredekamp dan Copple (dalam Masitoh, dkk, 2005: 1) memberikan pernyataan bahwa pendidikan anak usia dini mencakup berbagai program yang melayani anak dari lahir sampai dengan usia delapan tahun yang dirancang untuk meningkatkan perkembangan intelektual, sosial, emosi, bahasa, dan fisik anak. Pendidikan anak usia dini dalam Undang-Undang Sisdiknas No 20 Tahun 2003 asal 28 ayat 3 dinyatakan sebagai jalur pendidikan formal berbentuk Taman Kanak-Kanak (TK), Raudatul Athfal (RA), atau bentuk lain yang sederajat. Taman Kanak-Kanak berada di jalur sekolah karena memiliki sistem yang jelas, terprogram, baik dari segi program kegiatan belajar (kurikulum), ketenagaan (termasuk guru), anak didik (siswa), sarana prasarana, manajemen, dan sistem pembinaan serta susunan organisasi dan tata kerja (Masitoh dan Husni, 2005: 25).

Pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan (Aip Syaifuddin dan Muhadi, 1992: 4). J.B Nash mendefinisikan pendidikan jasmani adalah sebuah aspek dari proses pendidikan keseluruhan dengan menggunakan/menekankan pada aktivitas fisik yang mengembangkan fitness, fungsi organ tubuh, kontrol neuro-muscular, kekuatan intelektual, dan pengendalian emosi (dalam Victor G Simanjuntak, dkk. 2008). Sedangkan pengertian lain dari pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara peserta (anak) didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya (Toho C dan Rusli L, 1997:13). Yang dimaksud manusia seutuhnya adalah manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggungjawab kemasyarakatan dan kebangsaan. Dari pengertian pendidikan jasmani jelas bahwa dalam

pendidikan jasmani terkandung manfaat yang tidak hanya dalam bentuk fisik, tetapi juga mental dan sosial.

Menurut Agus Mahendra (<http://ahmesabe.wordpress.com/2008/10/13/s/>) secara umum salah satu manfaat dari pendidikan jasmani adalah:

- Memenuhi kebutuhan anak akan gerak
- Mengenalkan anak pada lingkungan dan potensi dirinya
- Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna
- Menyalurkan energi yang berlebihan
- Merupakan proses pendidikan secara serempak baik fisik, mental maupun emosional

Sementara itu untuk penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani anak usia dini harus memperhatikan parameter pelaksanaannya. Prinsip dalam menyediakan program perkembangan motorik anak (Corbin Charles B dalam Johanes Hartoto, 2000: 25), yaitu:

Situasi program/aktivitas hendaknya mengembangkan *movement awareness* anak. Harus menumbuhkan *motivasi* anak melalui program penuh tantangan. (*A positive Self-Concept is essential to positive learning*).

Program harus mampu membuka —kesempatan (*opportunity*) bagi anak untuk belajar, sebab tanpa adanya —kesempatan, proses belajar tidak akan terjadi. (*Opportunity to learn is essential to learning*).

Dengan pendekatan *salient and retentional* akan sangat membantu anak untuk bisa melaksanakan tugasnya dengan baik. Dengan kata lain, pengalaman masa lampau anak yang kemudian dijumpai lagi pada kesempatan lain akan menambah semangat dan rasa puas anak. (*Learning is the best achieved by providing information or experiences just the kids have*).

Harus potensial memberikan kesempatan anak untuk menumbuhkan semangat, merangsang perkembangan keterampilan intelektual, rasa heroic, dan rasa percaya diri anak melalui penyediaan program/aktivitas sesuai dengan tingkat *kompetensi* anak. (*The environment should be child oriented*).

Berdasarkan parameter pengembangan fisikmotorik diatas maka permainan tradisional sangat memungkinkan untuk dapat diterapkan pada pembelajaran pendidikan jasmani anak usia dini. Untuk itu guru dituntut untuk mampu mengembangkan permainan tradisional yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini.

KESIMPULAN

Kebiasaan hidup pada jaman modern ini telah menyebabkan semakin berkurangnya aktifitas fisik anak. Anak terbiasa memainkan permainan modern yang menyebabkan menjadi asif dan tidak bersosialisasi dengan baik. Padahal bangsa Indonesia merupakan salah satu negara yang kaya akan budaya, salah satunya adalah permainan.

Permainan tradisional muncul karena tingginya budaya nenek moyang. Selain mengandung nilai yang tinggi, permainan tradisional juga mengandung unsur pendidikan. Unsur pendidikan yang terkandung dalam permainan tradisional mampu mengembangkan aspek pada diri anak. Aspek nilai agama dan moral, kognitif, fisik motorik, bahasa, dan sosial emosional akan terstimulasi pada saat bermain.

Untuk menjawab kurangnya aktifitas anak pada saat di rumah, maka sebagai salah satu komponen pendidikan guru harus memberikan solusi kecil pada anak. Salah satunya dengan menyisipkan permainan tradisional dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu kemampuan guru dalam menyusun permainan yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini menjadi penting. Harapan munculnya generasi penerus bangsa akan terbantu dengan nilai-nilai sosial budaya yang terkandung dalam permainan tradisional.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyati, dkk. 2007. *Laporan asesmen Perseptual Motor Pada AUD (0-6 Tahun)*. Pendidikan Anak Usia Dini Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Yogyakarta.
- Agus Mahendra. 2008. *Falsafah Pendidikan Jasmani*. <http://ahmesabe.wordpress.com/2008/10/13/falsafah-penjas/> didownload tanggal 29 Juli 2009 pukul 08.45 WIB.
- Aip Sarifudin dan Muhadi (1992) *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi
- Ibrahim, Ratih. 2009. *Perlu Memenuhi Kebutuhan Anak*. <http://www.Cuplik.com.download> tgl 19 Desember 08 jam 08.15
- Ifa H Misbach. 2006. *Peran Permainan Tradisional Yang Bermuatan Edukatif dalam Menyumbang Pembentukan Karakter dan Identitas Bangsa*. *Laporan Penelitian*. UPI Bandung
- Johannes Hartoto. 2000. *Peningkatan Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Melalui Aktivitas Jasmani*. _____
- Masitoh, dkk. 2005. *Pendekatan Belajar Aktif di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: DEPDIKNAS
- Pica, Rae. 2000. *Experiences in Movement With Music, Activities, and Theory: Second Edition*. Canada: Delmar Thoson Learning

Sri Santoso sabarini. 2008. Pembentukan Karakter Anak Melalui Pendekatan Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. *Proceeding Seminar Olahraga Nasional 2008*. ISBN: 978-602-8249-14-6. Yogyakarta: UNY

Toho Cholik dan Rusli Lutan. 1997. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional tahun 2003. http://www.pendidikan-diy.go.id/file/uu/uu_20_2003.pdf. download tgl 1 Desember 2010 jam 10.20

Victor G Simanjuntak. 2008. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional

<http://www.surabayapost.co.id/?mnu=berita&act=view&id=1730f69e6f66d5f0c741799e82351f81&jenis=c74d97b01eae257e44aa9d5bade97baf&PHPSESSID=87a347f734070ee00df6025878fbf9f8> download tgl 19 jun 09 jam 09.15