BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permainan tradisional adalah bentuk hiburan yang telah ada sejak lama dan diwariskan secara turun-temurun dari satu generasi ke generasi berikutnya (Husein MR, 2021). Permainan ini biasanya dimainkan oleh anak-anak di lingkungan masyarakat dan tidak memerlukan peralatan yang rumit atau teknologi canggih. Contoh permainan tradisional yang populer di Indonesia antara lain congklak, lompat tali, petak umpet, dan Balap Karung. Setiap permainan memiliki aturan main yang sederhana namun sarat makna, baik dari segi nilai sosial, budaya, maupun pendidikan. Permainan tradisional tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga media untuk memperkenalkan anak-anak pada nilai-nilai kebersamaan, *sportivitas*, dan saling menghormati.

Selain menjadi bentuk hiburan, permainan tradisional memiliki peranan penting dalam perkembangan anak, khususnya dalam aspek fisik dan *social* (Nurwahidah et al., 2021). Permainan seperti Balap Karung dan egrang, misalnya, sangat bermanfaat untuk melatih keterampilan motorik kasar anak. Sementara itu, permainan seperti congklak dan petak umpet lebih mengutamakan keterampilan berpikir dan kemampuan bersosialisasi. Melalui permainan ini, anak-anak belajar bekerja sama, bergiliran, dan mengendalikan emosi. Hal ini secara tidak langsung membantu mereka dalam memahami nilai-nilai kehidupan yang akan berguna saat mereka dewasa.

Dari perspektif budaya, permainan tradisional mencerminkan kekayaan budaya suatu daerah. Setiap daerah di Indonesia memiliki permainan tradisionalnya sendiri yang memiliki ciri khas sesuai dengan budaya dan kearifan lokalnya (Anggita, 2019). Permainan seperti gobak sodor di Jawa, galah asin di Sumatera, hingga ceki di Bali adalah contoh permainan yang menjadi identitas budaya masing-masing daerah. Melalui permainan ini, generasi muda tidak hanya mendapatkan hiburan, tetapi juga memahami warisan budaya leluhur mereka. Permainan tradisional menjadi salah satu cara untuk melestarikan budaya dan mengajarkan sejarah secara menyenangkan.

Salah satu solusi yang dapat diterapkan adalah dengan mengintegrasikan permainan tradisional ke dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Menurut (Indriyani et al., 2021) permainan tradisional memiliki keunggulan dalam melatih

keterampilan motorik kasar anak karena melibatkan gerakan aktif dan interaksi sosial. Salah satu permainan tradisional yang memiliki potensi untuk mengembangkan motorik kasar adalah permainan Balap Karung.

Balap Karung adalah salah satu permainan yang sudah dikenal luas di Indonesia (Salam, 2020). Permainan ini melibatkan aktivitas melompat dengan menggunakan karung, yang secara langsung melatih kekuatan otot kaki, keseimbangan, dan koordinasi tubuh. Permainan Balap Karung sangat efektif dalam melatih keterampilan motorik kasar anak karena membutuhkan keterampilan fisik dan ketangkasan. Setiap pemain harus memasukkan kedua kaki ke dalam karung, kemudian berlomba melompat menuju garis finis. Keseruan permainan ini terletak pada tantangan untuk tetap menjaga keseimbangan sambil melompat. Para pemain seringkali jatuh atau kehilangan keseimbangan, yang memicu gelak tawa dan semangat kebersamaan. Permainan ini tidak hanya menghibur, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai sportivitas, kerjasama, dan semangat *kompetitif* yang sehat.

Dari sisi manfaat, Balap Karung memiliki banyak kelebihan, terutama dalam hal pengembangan motorik kasar anak. Permainan ini melibatkan gerakan melompat dan menjaga keseimbangan yang memaksa otot-otot tubuh bagian bawah untuk bekerja lebih aktif. Selain itu, anak-anak dilatih untuk mempertahankan koordinasi antara tubuh bagian atas dan bawah saat melompat. Dengan demikian, Balap Karung menjadi media yang efektif untuk melatih kekuatan otot kaki, ketangkasan, dan kecepatan reaksi anak. Tidak hanya itu, karena dimainkan secara berkelompok, permainan ini juga membantu anak-anak belajar berinteraksi dengan teman sebaya, mengembangkan keterampilan sosial, dan memahami pentingnya kerja sama dalam mencapai tujuan.

Untuk mengatasi kesenjangan partisipasi fisik dan memulihkan perkembangan motorik kasar anak, diperlukan intervensi spesifik yang efektif, menarik, dan berakar pada budaya lokal. Dalam konteks ini, permainan tradisional Balap Karung diangkat sebagai solusi yang sangat relevan. Balap Karung, yang merupakan perlombaan adu cepat dengan cara melompat di dalam karung goni, secara *biomekanik* menuntut penggunaan otot-otot besar kaki, melatih kekuatan tolakan, meningkatkan daya tahan, dan yang paling krusial, melatih koordinasi serta keseimbangan dinamis (Subekti, Juhrodin, & Mulyadi,

2020). Aktivitas melompat berulang yang menjadi inti Balap Karung adalah bentuk latihan motorik kasar fundamental yang secara langsung dapat meningkatkan komponen kebugaran jasmani.

Beberapa studi menemukan bahwa kemampuan motorik kasar siswa SD masih berada pada kategori rendah hingga sedang. Sebagai contoh, penelitian di Kabupaten Bantul tahun ajaran 2022/2023 menemukan bahwa mayoritas siswa kelas atas SD berada pada kategori rendah dalam kemampuan motorik kasar. Dari segi pendekatan pembelajaran, masih sedikit yang mengintegrasikan permainan tradisional atau kontekstual berbasis budaya ke dalam pembelajaran gerak di sekolah dasar. Hal ini menyebabkan metode pembelajaran gerak sering bersifat umum, kurang variatif, dan kurang memanfaatkan konteks budaya lokal sebagai sumber gerak. Akibatnya, siswa kurang mendapatkan pengalaman gerak yang cukup, aktivitas yang menantang tetapi menyenangkan, dan media yang memfasilitasi pengembangan otot-besar serta koordinasi tubuh secara efektif.

Dalam rangka menjawab kesenjangan yang ada, solusi yang cukup relevan adalah menerapkan metode pembelajaran pendidikan jasmani yang berbasis budaya, yakni memanfaatkan kekayaan permainan tradisional sebagai media pembelajaran yang menyenangkan, kontekstual bagi siswa, dan mampu menghubungkan gerakan fisik dengan warisan budaya lokal. Pendekatan berbasis budaya memiliki keunggulan: ia bukan hanya mengajak siswa bergerak, tetapi juga meningkatkan rasa memiliki terhadap budaya, memperkuat identitas lokal, dan membangun hubungan sosial antar siswa melalui aktivitas bersama dalam permainan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengembangan model pembelajaran berbasis permainan tradisional dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan meningkatkan *variabilitas* metode pembelajaran jasmani (misalnya penelitian Supriyanto, 2024). Lebih jauh, pendekatan ini bisa menjadi daya tarik tersendiri bagi siswa di era digital yang cenderung kurang berminat pada aktivitas fisik *konvensional*. Dengan mengangkat aspek budaya lokal, guru dapat menciptakan atmosfer pembelajaran yang berbeda, relevan bagi siswa, dan menyenangkan, yang pada akhirnya akan mempengaruhi frekuensi dan durasi partisipasi mereka dalam pembelajaran jasmani.

Penggunaan permainan tradisional Balap Karung merefleksikan sebuah pendekatan pembelajaran berbasis budaya (*culturally responsive teaching*). Pendekatan ini mengintegrasikan nilai-nilai lokal ke dalam proses pendidikan untuk menjadikan pembelajaran lebih bermakna dan relevan bagi siswa (Susanto, 2017). Melalui Balap Karung, siswa tidak hanya melatih kemampuan fisik mereka, tetapi juga diperkenalkan pada sejarah dan nilai-nilai kebersamaan yang terkandung dalam budaya perayaan kemerdekaan Indonesia. Pendekatan berbasis budaya terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar, membentuk karakter seperti kerja sama dan sportivitas, serta menumbuhkan rasa bangga terhadap warisan lokal (Al Zibran et al., 2025). Dengan menjadikan Balap Karung sebagai inti dari implementasi, penelitian ini berupaya memberikan kontribusi ganda: perkembangan motorik kasar dan penguatan identitas budaya.

Keterampilan motorik adalah gerakan-gerakan tubuh atau bagian bagian tubuh yang disengaja, otomatis, cepat dan akurat. Gerakan-gerakan ini merupakan rangkaian koordinasi dari beratus-ratus otot yang rumit. Ketrampilan motorik ini dapat dikelompokkan menurut ukuran otot-otot dan bagian-bagian badan yang terkait, yaitu keterampilan motorik kasar dan keterampilan motorik halus (Sutini, 2018)

Keterampilan motorik kasar adalah kemampuan yang berkaitan dengan gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar, seperti tangan, kaki, dan tubuh secara keseluruhan (Purwanto & Baan, 2022). Pada anak usia sekolah dasar, keterampilan motorik kasar menjadi aspek penting yang harus dikembangkan. Hal ini karena keterampilan motorik kasar berkaitan erat dengan aktivitas fisik yang dilakukan sehari-hari, seperti berlari, melompat, dan melempar. Pengembangan keterampilan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik anak, tetapi juga pada kemampuan sosial, kognitif, dan emosional mereka.

Anak-anak pada usia sekolah dasar sedang berada pada tahap perkembangan motorik yang pesat. Mereka memiliki keinginan yang tinggi untuk bergerak dan mencoba berbagai jenis aktivitas fisik. Aktivitas ini dapat membantu mereka untuk meningkatkan koordinasi, kekuatan otot, keseimbangan, serta kecepatan gerak (Yuliani et al., 2021). Oleh karena itu, penting bagi pendidik dan orang tua untuk memberikan kesempatan yang cukup bagi anak-anak dalam melakukan berbagai aktivitas yang dapat mengembangkan keterampilan motorik kasar.

Selain itu, keterampilan motorik kasar juga memiliki peran penting dalam meningkatkan rasa percaya diri anak (Siregar et al., 2020). Ketika anak berhasil menguasai suatu gerakan atau keterampilan fisik, mereka akan merasa bangga dan percaya diri. Hal ini akan mendorong mereka untuk lebih aktif berpartisipasi dalam berbagai kegiatan, baik di sekolah maupun di lingkungan sekitar. Sebaliknya, jika anak mengalami kesulitan dalam keterampilan motorik kasar, mereka mungkin merasa minder dan enggan untuk terlibat dalam aktivitas fisik.

Pentingnya pengembangan keterampilan motorik kasar juga dapat dilihat dari dampaknya terhadap kesehatan tubuh anak. Anak yang aktif secara fisik cenderung memiliki berat badan yang lebih ideal, memiliki sistem kardiovaskular yang lebih baik, serta terhindar dari risiko penyakit seperti obesitas. Oleh karena itu, aktivitas fisik yang melibatkan motorik kasar seperti olahraga, permainan tradisional, dan kegiatan di luar ruangan harus diberikan secara rutin.

Namun, dalam kenyataannya, perkembangan motorik kasar anak seringkali terabaikan. Penelitian yang dilakukan (Duxanda & Ratnaningrum, 2019) menunjukkan bahwa anak-anak zaman sekarang lebih banyak menghabiskan waktu dengan *gadget* dan permainan digital, sehingga kurang mendapatkan stimulasi untuk perkembangan motorik kasar mereka. Hal ini berdampak pada menurunnya keterampilan fisik dan kemampuan koordinasi anak-anak.

Permainan tradisional adalah bentuk hiburan yang telah ada sejak lama dan diwariskan secara turun-temurun dari satu generasi ke generasi berikutnya (Husein MR, 2021). Permainan ini biasanya dimainkan oleh anak-anak di lingkungan masyarakat dan tidak memerlukan peralatan yang rumit atau teknologi canggih. Contoh permainan tradisional yang populer di Indonesia antara lain congklak, lompat tali, petak umpet, dan Balap Karung. Setiap permainan memiliki aturan main yang sederhana namun sarat makna, baik dari segi nilai sosial, budaya, maupun pendidikan. Permainan tradisional tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga media untuk memperkenalkan anak-anak pada nilai-nilai kebersamaan, sportivitas, dan saling menghormati.

Selain menjadi bentuk hiburan, permainan tradisional memiliki peranan penting dalam perkembangan anak, khususnya dalam aspek fisik dan *social* (Nurwahidah et al., 2021). Permainan seperti Balap Karung dan egrang, misalnya, sangat bermanfaat untuk melatih keterampilan motorik kasar anak. Sementara itu, permainan seperti congklak dan petak umpet lebih

mengutamakan keterampilan berpikir dan kemampuan bersosialisasi. Melalui permainan ini, anak-anak belajar bekerja sama, bergiliran, dan mengendalikan emosi. Hal ini secara tidak langsung membantu mereka dalam memahami nilai-nilai kehidupan yang akan berguna saat mereka dewasa.

Dari perspektif budaya, permainan tradisional mencerminkan kekayaan budaya suatu daerah. Setiap daerah di Indonesia memiliki permainan tradisionalnya sendiri yang memiliki ciri khas sesuai dengan budaya dan kearifan lokalnya (Anggita, 2019). Permainan seperti gobak sodor di Jawa, galah asin di Sumatera, hingga ceki di Bali adalah contoh permainan yang menjadi identitas budaya masing-masing daerah. Melalui permainan ini, generasi muda tidak hanya mendapatkan hiburan, tetapi juga memahami warisan budaya leluhur mereka. Permainan tradisional menjadi salah satu cara untuk melestarikan budaya dan mengajarkan sejarah secara menyenangkan.

Namun, dalam praktiknya, permainan tradisional seperti Balap Karung sering kali kurang diperhatikan dalam lingkungan sekolah. Berdasarkan pengamatan di SDN 2 Telaga Biru, Kabupaten Gorontalo, terdapat kecenderungan bahwa anak-anak lebih sering bermain secara pasif tanpa adanya kegiatan yang menstimulasi motorik kasar mereka. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengimplementasikan permainan tradisional secara terstruktur.

Berdasarkan hasil observasi awal di SDN 2 Telaga Biru Kabupaten Gorontalo, ditemukan bahwa kemampuan motorik kasar siswa masih belum berkembang secara optimal. Siswa terlihat kurang aktif dalam aktivitas fisik yang melibatkan keseimbangan, koordinasi, kekuatan otot, dan kecepatan gerak. Kondisi ini dipengaruhi oleh kurangnya variasi pembelajaran PJOK serta minimnya penggunaan permainan tradisional sebagai media pembelajaran. Jika kondisi ini terus dibiarkan, maka perkembangan fisik dan keterampilan gerak siswa dapat terhambat. Oleh karena itu, diperlukan suatu metode pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan kontekstual. Salah satu alternatif yang dapat diterapkan adalah permainan tradisional balap karung karena permainan ini melibatkan aktivitas gerak yang mampu menstimulasi motorik kasar siswa secara langsung. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Implementasi Permainan Tradisional Balap Karung dalam Meningkatkan Motorik Kasar pada Anak SDN 2 Telaga Biru Kabupaten Gorontalo”.

Implementasi permainan tradisional Balap Karung dalam pembelajaran di sekolah dasar dapat menjadi salah satu metode yang efektif untuk meningkatkan motorik kasar anak. Hal ini juga didukung oleh teori belajar kinestetik yang dikemukakan oleh (Nur Ahmad Muharram & Wing Prasetya Kurniawan, 2021) yang menjelaskan bahwa sebagian anak lebih mudah belajar melalui aktivitas fisik dan gerakan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini difokuskan pada implementasi permainan tradisional balap karung sebagai upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di jelaskan diatas, maka masalah dapat di identifikasi sebagai nerikut:

1. Perkembangan motorik kasar anak sangat terabaikan, hal ini karena banyak dari mereka hanya menghabiskan waktu pada permaianan *game online*
2. Kurangnya pelestarian permainan tradisional sehingga berdampak ditinggalkannya permaianan yg seharusnya dimainkan oleh anak-anak

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarakan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah hanya membahas tentang "Implementasi Permainan Tradisional Balap Karung Dalam Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak SDN 2 Telaga Biru Kabupaten Gorontalo".

1.4 Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan dalam masalah ini adalah: "Bagaimana implementasi permainan tradisional balap karung dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa SDN 2 Telaga Biru Kabupaten Gorontalo?"?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah mengimplementasikan permianan tradisional Balap Karung dalam meningkatkan motorik kasar pada anak SDN 2 Telaga Biru Kabupaten Gorontalo

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini di harapakan bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Secara Teoritis

   Penelitian ini memperkaya khasanah teori pendidikan jasmani, khususnya meningkatkan motorik kasar anak usia sekolah dasar melalui pendekatan permainan tradisional. Temuan ini mendukung teori perkembangan anak bahwa aktivitas fisik sederhana dapat merangsang kemampuan gerak, koordinasi, serta keseimbangan secara menyeluruh dan menyenangkan.

2. Secara Praktis

   a. Bagi Guru

      Penelitian ini memberi referensi metode pembelajaran inovatif berbasis permainan tradisional, khususnya Balap Karung, sebagai alat bantu dalam meningkatkan motorik kasar anak. Guru dapat mengintegrasikan

kegiatan ini dalam pelajaran olahraga agar lebih menyenangkan, efektif, dan sesuai dengan karakteristik siswa.

b. Bagi Kepala Sekolah

Penelitian ini menjadi acuan bagi kepala sekolah dalam mendukung kegiatan pembelajaran berbasis budaya lokal. Dengan hasil penelitian ini, kepala sekolah dapat mengarahkan pengembangan kurikulum atau program sekolah yang menekankan permainan tradisional sebagai sarana edukatif yang bernilai budaya dan pedagogis.

c. Orang Tua

Orang tua dapat memahami bahwa permainan tradisional memiliki nilai edukatif dan berperan dalam tumbuh kembang anak, khususnya dalam aspek motorik kasar. Mereka terdorong untuk mendukung kegiatan anak