

PEMBENTUKAN KARAKTER SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL PADA PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA & KESEHATAN

Angga Bramansta Putrantana
(Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri Malang)
Putrantana@gmail.com

Abstrak: Artikel ini membahas konseptual pembentukan karakter siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional pada pendidikan jasmani, olahraga & kesehatan. Di era yang modern sekarang ini, banyak anak lebih menyukai teknologi alat-alat canggih dibandingkan dengan permainan tradisional, ini akan berdampak pada interaksi sosial dan karakter pada anak. Permainan tradisional merupakan aktivitas fisik yang memiliki keunikan dibanding dengan cabang-cabang olahraga yang lain. Kendala yang sering terjadi pada pembelajaran permainan tradisional adalah kurang kreatifnya guru dalam merancang permainan atau melakukan modifikasi permainan tradisional menjadi lebih mudah, menyenangkan, dan aman yang tidak menyebabkan siswa menjadi cepat bosan dan guru juga jarang memberikan permainan tradisional saat aktivitas pembelajaran, padahal dengan permainan tradisional salah satu cara membangun karakter siswa. Pada saat bermain anak merasa senang, secara tidak langsung rasa senang tersebut merupakan media anak untuk belajar perkembangan kemampuan seperti, jujur, ulet, sabar dan terampilan motorik lain. Dan yang tidak kalah penting adalah kemampuan kerjasama dalam permainan satu tim, yang kelak diperlukan anak-anak ketika sudah dewasa dalam dunia kerja. Disinilah peran penting permainan tradisional, saat anak melakukan permainan tradisional secara tidak sadar anak sudah belajar tentang karakter seperti karakter ramah, peduli, sabar dan seterusnya.

Kata kunci: karakter, permainan tradisional, PJOK

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah selain bertujuan untuk menjaga kestabilan kebugaran jasmani siswa juga berperan sebagai media penanaman nilai-nilai olahraga yang terkandung di dalamnya, seperti halnya kesopanan, kejujuran, kedisiplinan, sportivitas, tanggung jawab, pantang menyerah dan pola hidup sehat (Hadiyah & Nurhayati, 2013:118). Dwiyogo (2010: 214) menggunakan istilah Pendidikan Jasmani yang dipakai dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah, bertujuan untuk mengembangkan fisik, mental, emosi, dan sosial. Dicermati dari tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan sudah dapat diketahui bahwa Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pun berpatokan sesuai dengan KI dan KD. Kompetensi Inti memiliki

keterkaitan antara konten Kompetensi Dasar satu mata pelajaran dengan konten Kompetensi Dasar dari mata pelajaran yang berbeda dalam satu pertemuan mingguan dan kelas yang sama sehingga terjadi proses saling memperkuat (Kemendikbud, 2013:05).

Kendala yang sering terjadi pada pembelajaran permainan tradisional adalah kurang kreatifnya guru dalam merancang permainan atau melakukan modifikasi permainan tradisional menjadi lebih mudah, menyenangkan, dan aman yang tidak menyebabkan siswa menjadi cepat bosan dan guru juga jarang memberikan permainan tradisional saat aktivitas pembelajaran, padahal dengan permainan tradisional salah satu cara membangun karakter siswa. Guru di sini bertindak sebagai sumber belajar atau fasilitator dan siswa sebagai pebelajar atau orang yang belajar.

Di era yang modern sekarang ini, banyak anak lebih menyukai teknologi alat-alat canggih dibandingkan dengan permainan tradisional, ini akan berdampak pada interaksi sosial dan karakter pada anak. Herguner (2012:356) memiliki komputer, bisa akses internet di rumah, pendapatan bulanan keluarga siswa, dan tempat di mana keluarga siswa tinggal, memiliki pengaruh pada sudut pandang siswa dalam rekreasi dan manajemen pendidikan olahraga. Permainan tradisional untuk anak lebih mengutamakan kebersamaan dan keharmonisan hubungan sosial di masyarakat (Sujarno, 2013:4). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Pendidikan jasmani menggunakan permainan tradisional bermanfaat bagi peningkatan kebugaran (Brezza, Dkk, 2012:245)

Permainan tradisional merupakan aktivitas fisik yang memiliki keunikan dibanding dengan cabang-cabang olahraga yang lain. Kemenpora (2006:09) tidak sedikit olahraga tradisional yang dipengaruhi oleh budaya setempat, kemampuan magis, bahkan senipun ikut berperan. Laksono, dkk (2012:4) permainan rakyat atau olahraga tradisional untuk anak-anak terdapat berbagai jenis tergantung suku bangsa yang memiliki. Permainan rakyat atau olahraga tradisional, dapat dimainkan oleh anak-anak dan dewasa.

PEMBAHASAN

Karakter merupakan perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang dalam kehidupan sehari-hari yang mempunyai kecenderungan kearah positif maupun negatif (Utama, 2011: 02). Karakteristik perkembangan anak pada kelas satu, dua dan tiga SD biasanya pertumbuhan fisiknya telah mencapai kematangan, mereka telah mampu mengontrol tubuh dan keseimbangannya (Rismayanthi, 2011: 11).

Dengan mengetahui karakter dari anak didiknya guru akan lebih mudah menyesuaikan dengan materi yang akan disampaikan. Furqon (2006:7) untuk kelas

1 & 2 aktivitas gerak meliputi lari, lompat, loncat, dan untuk kelas 3 & 4 anak telah siap melakukan permainan kelompok (*Group Game*).

Berikut Annarino (1980: 131-132) membagi karakteristik siswa kelas 1, 2, dan 3 menjadi tiga kategori, yaitu karakteristik fisiologis, karakteristik psikologis, dan karakteristik fisiologis: Karakteristik Fisiologis, 1. Membutuhkan beragam aktivitas otot yang bebas, menyukai perkelahian, perburuan, pengejaran, 2. Aktif, energik, dan responsif terhadap suara yang berirama, 3. Aktif secara terus menerus, duduk dan berdiri. 4. Koordinasi mata dan tangan berkembang. Karakteristik Psikologis, 1. Ingin tahun, ingin menemukan sesuatu di luar, 2. Pengulangan aktivitas yang disenangi, 3. Tertarik dalam banyak hal, 4. Keinginan kreatif, sangat imajinatif. Karakteristik Sosiologis, 1. Suka meniri dan keinginan yang kuat, 2. Lebih nyaman dengan alam, 3. Berpartisipasi dalam banyak permainan, 4. Tidak menerima kekalahan dengan lapang dada, 5. Suka menjadi pusat perhatian, 6. Individualistic, mandiri, berani, berjiwa petualang.

Permainan tradisional, permainan merupakan aktivitas yang digemari oleh siswa bahkan orang dewasa, karena dalam aktivitas ini terdapat unsur-unsur yang menyenangkan. Roesdianto (2012:29) permainan merupakan suatu fenomena yang tidak hanya universal bagi manusia, tetapi juga umum diantara binatang-binatang. Disini permainan didefinisikan sebagai aktivitas bebas dengan sadar dalam kehidupan “bisaa”, dilakukan “tidak serius”.

Furqon (2006:3) “permainan dimainkan dengan membutuhkan banyak keterkaitan dan banyak energi, dan serius dari pada bermain, dan lebih mungkin memberikan penghargaan terhadap pemenuhan dan keberhasilan”. Permainan-permainan yang bersifat kompetitif harus menekankan nilai-nilai sportivitas, yaitu menjunjung tinggi peraturan, terutama peraturan tidak tertulis (Dwijawiyata, 2013:9). Furqon (2006:2) permainan merupakan alat yang sangat baik untuk mengembangkan aspek-aspek sosial, dan moral siswa, karena ada peraturan tertentu yang harus diikuti oleh semua siswa. Permainan yang baik adalah permainan yang mempunyai banyak manfaat bagi yang memainkannya, karena dengan permainan yang bermanfaat tidak hanya kesenangan saja yang diperoleh tetapi bisa meningkatkan gerak dasar lokomotor bahkan bisa meningkatkan kesegaran jasmani. Permainan yang sarat manfaat adalah permainan yang saat dimainkan permainan merasa rileks dan tidak ada beban (Rofi’ie, 2011:6).

Siswa usia Sekolah Dasar masih memiliki rasa ingin bermain yang tinggi, dan seharusnya guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan dapat mengembangkan dan memanfaatkan kecenderungan siswa tersebut (Febrianti, 2013:193). Dapat disimpulkan permainan adalah aktivitas gerak yang dilakukan dengan senang, terstruktur dan tidak ada aturan baku yang mengikat dalam permainan.

Permainan tradisional merupakan bentuk dari aktivitas yang menyenangkan yang dilakukan secara individu maupun berkelompok, dan dilakukan secara turun-temurun di daerah tertentu. Dalam permainan tradisional motivasi siswa akan terdorong karena dalam permainan tradisional banyak variasi dan modifikasi yang bisa diterapkan pada siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Yulianti, Drajat, & Rahmat, 2013:01).

Pada perkembangan zaman permainan tradisional sudah ada yang dirubah ke dalam olahraga tradisional, seperti pencak silat, kasti, dan lain sebagainya. UNESCO mulai menggalakkan untuk pelestarian budaya yang diberinama *intangible heritage*/ warisan budaya tak benda, salah satu di dalamnya adalah permainan tradisional (Valentin, 2013; Lenzerini, 2011). Sebagai siswa bangsa kita pun wajib ikut dalam melestarikan budaya bangsa, khususnya permainan tradisional ini.

Permainan rakyat atau olahraga tradisional, aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh siswa-siswa dan dewasa, tergantung jenis dari permainan rakyat tersebut. Laksono, dkk, (2012: 4) permainan rakyat atau olahraga tradisional untuk siswa-siswa terdapat berbagai jenis tergantung suku bangsa yang memiliki. Pada dasarnya memiliki unsur keterampilan fisik, kecepatan berpikir, serta implementasi terhadap nilai sosial budaya. Sujarno (2013: 4) permainan tradisional siswa lebih mengutamakan kebersamaan dan keharmonisan hubungan sosial dimasyarakatkan.

Maka dengan itu pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pun perlu untuk melestarikan macam-macam permainan tradisional tersebut, dengan memasukkan materi permainan tradisional untuk siswa.

Pendidikan Jasmani, Olahraga & Kesehatan, Tamat dan Mirman (2008:1.5) “Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan usaha untuk mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak ke arah kehidupan yang sehat jasmani dan rohani, usaha tersebut berupa kegiatan jasmani atau fisik, yang diprogram secara ilmiah, terarah, sistematis yang disusun oleh lembaga pendidikan yang berkompeten.”

Asim, dkk (2012:01) mengemukakan bahwa, “Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, sebagai salah satu mata pelajaran yang wajib disajikan pada pendidikan formal pada semua jenjang pendidikan mulai dari SMA, MA, SMK, MAK.” Menurut Widijoto (2006: 03) pendidikan jasmani, yaitu sebagai berikut.

“Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan adalah aktivitas psikomotorik yang dilaksanakan atas dasar pengetahuan (koqnitif), dan pada saat melakukan akan ada perilaku pribadi yang terkait dengan sikap atau afektif (seperti kerjasama, saling menolong), atau pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dapat diartikan sebagai suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain secara sistematis untuk

meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, yang akan baik pelaksanaannya apabila didukung dengan pengetahuan tentang cara melakukannya, perilaku hidup sehat, aktif, akan mengembangkan sikap jujur, disiplin, percaya diri, tangguh, pengendali emosi, serta kerjasama dan saling menolong.”

Berdasarkan pernyataan ahli maka dapat ditarik kesimpulan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan adalah suatu aktivitas jasmani yang direncanakan untuk mencapai tujuan pendidikan dan meningkatkan kualitas fisik dan menumbuhkan hidup sehat bagi anak didik.

Permainan tradisional sebagai pembentuk karakter, UU No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 3, yang menyebutkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Dari paparan tersebut sudah jelas bahwa salah tujuan pendidikan adalah pembentukan karakter. Lantas bagaimana cara membentuk karakter anak sejak dini.

Membahas anak tidak mungkin jauh dari kata bermain. Bermain merupakan aktivitas yang menyenangkan, melalui bermain anak akan menemukan kekuatan, keterampilan, minat, dan perasaannya. Ketika bermain anak-anak tidak hanya mengembangkan kemampuan otot, tubuh, koordinasi gerak, namun juga kemampuan komunikasi, konsentrasi, keberanian dan kreatifitas. Dengan demikian nilai-nilai kehidupan, cinta, menghargai orang lain, kejujuran, sportivitas, disiplin diri, dan menghargai orang lain, akan diperoleh saat bermain (Sujarno, dkk, 2013: 164).

Permainan tradisional dapat dikatakan permainan yang dapat mendewasakan anak, karena begitu banyak manfaat yang terkandung didalamnya. Secara langsung maupun tidak langsung saat anak bermain permainan tradisional, anak terfasilitasi dalam mengolah aspek rasa, karsa dan karya. Hal tersebut sangat penting bagi pembentukan karakter. Pada saat bermain anak merasa senang, secara tidak langsung rasa senang tersebut merupakan media anak untuk belajar perkembangan kemampuan seperti, jujur, ulet, sabar dan terampilan motorik lain. Dan yang tidak kalah penting adalah kemampuan kerjasama dalam permainan satu tim, yang kelak diperlukan anak-anak ketika sudah dewasa dalam dunia kerja.

KESIMPULAN

Membentuk karakter dapat berlangsung seumur hidup. Pembentukan karakter sejak dini itu sangat dianjurkan, karena ketika anak masih kecil itu kan mudah untuk diarahkan. Disinilah peran penting permainan tradisional, saat anak melakukan permainan tradisional secara tidak sadar anak sudah belajar tentang

karakter seperti karakter ramah, peduli, sabar dan seterusnya. Tetapi pembentukan karakter tidak mudah membutuhkan waktu yang lama, perlu melakukan permainan tradisional secara berulang-ulang, dan disebar luaskan ke segala wilayah, yang nanti diharapkan akan terbentuk karakter anak bangsa yang bagus.

Guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pun harus segera mengambil tindakan untuk lebih sering memmelajarakan permainan tradisional kepada anak didiknya, supaya nilai-nilai yang terkandung dalam permainan tradisional dapat tersampaikan kepada siswa. Dan juga memberikan motivasi kepada siswanya agar tidak mudah menyerah dan selalu berusaha dengan keras, menamkan sikap disiplin untuk membuahkan hasil yang maksimal.

DAFTAR RUJUKAN

- Annarino, A.A., Cowell, C.C., dan Hazelton, H.W. 1980. *Curriculum Theory and Design In Physical Education*. America: C.V. Mosby Company.
- Asim, dkk. 2012. *Modul Pengembangan Model Pembelajaran Penjaskes SD*. Malang: Universitas Negeri Malang Panitia Sertifikasi Guru (PSG) Rayon 115.
- Brezzo, dkk. 2012. Comparison of a PE4LIFE Curriculum to a Traditional Physical Education Curriculum. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 12(3): 245. (Online), diakses pada 20 april 2017.
- Dwiyogo, W. 2010. *Dimensi Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmanai Dan Olahraga*. Jakarta: Wineka Media.
- Febrianti, R. 2013. Pengembangan Materi Atletik Melalui Permainan Atletik Three In One Untuk Siswa Sd Kelas V. *Journal of Physical Education and Sports*, 1 (2): 193-194. (Online), diakses pada 20 april 2017.
- Furqon. 2006. *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Hadiyah, & Nurhayati. 2013. Survei Tentang Sikap Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 01 (01): 118.(Online), diakses pada 20 april 2017.
- Herguner. 2012. Views Of Students In The Department Of Recreation And Sport Management On Distance Education. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 11 (4): 01 .(Online), diakses pada 20 april 2017.
- Kemendikbud. 2013. *Kurikulum 2013 Kompetensi Dasar Sekolah Dasar (SD)/Madrasah Ibtidaiyah (MI)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan & Kebudayaan.
- Kemenpora. 2006. *Kumpulan Olahraga Tradisional*. Jakarta : kemenpora. *Jurnal Olahraga Pendidikan* , 1, (1): 18.(Online), diakses pada 20 april 2017.

- Laksono, B, DKK. 2012. *Kumpulam Permainan Rakyat Olahraga Tradisional*. Jakarta : kemenpora.
- Lenzenrini. 2011. Intangible Cultural Heritage: The Living Culture of Peoples. *The European Journal of International Law*, 22 (1): 101. (Online), diakses pada 20 april 2017.
- Rismayanthi. 2011. Optimalisasi Pembentukan Karakter Dan Kedisiplinan Siswa Sekolah Dasar Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1):. 10-17. (Online), diakses pada 20 april 2017.
- Roesdiyanto. 2012. *Permainan Dan Olahraga Tinjauan Antropologi Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Rofi'ie. 2011. *Game Edukatif Di Dalam Dan Luar Sekolah*. Jogjakarta: Diva Press.
- Sujarno. 2013. *Permainan Tradisional Dalam Pembentukan Karakter Anak*. Balai Pelestarian Nilai Kebudayaan Yogyakarta: Yogyakarta.
- Tamat, T. & Mirman, M. 2008. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Utama. 2011. Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1):. 1-9. (Online), diakses pada 20 april 2017.
- Valentin. 2013. Intangible Search, Searching the Intangible: The Project E.C.H.I. and the Inventarisisation of Intangible Cultural Heritage. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 2 (8): 114. (Online), diakses pada 20 april 2017.
- Widijoto, Heru. 2010. *Buku Petunjuk Teknis Praktik Pengalaman Lapangan Bidang Studi Pendidikan Jasmani*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Yulianti, Darajat, & Rahmat. 2013. Mengembangkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Iv Sdn Cibeunying 2 Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Pengembangan Permainan Tradisional. *Jurnal Pgsd Pendidikan Jasmani* 1 (3): 01. (Online), diakses pada 20 april 2017.