http://journal.unsika.ac.id/index.php/maroones
ISSN : 2807-7512
Mei 2022, Vol. 2 No. 02

Received: 1 April 2022	Accepted: 28 April 2022	Published: 4 Mei 2022
Article DOI:		

Pengenalan Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Kegiatan Kampus Mengajar 3 di SDN Kutanagara II

Bintang Yogie Ramdhana[1]
Universitas Singaperbangsa Karawang
motulbintang@gmail.com

Febi Kurniawan[2]
Universitas Singaperbangsa Karawang
Febi.kurniawan@fkip.unsika.ac.id

Abstrak

Tujuan pengabdian ini berfokus sebagai pengenalan permainan tradisional pada pembelajaran penjas. Olahraga dasarnya merupakan salah satu metode permainan dari jaman dahulu, kemudian banyak sekali manfaat dari permainan, mulai dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tujuan pengabdian ini adalah untuk mengenalkan permainan tradisonal pada pembelajaran penjas di SDN Kutanagara II. Pada program kampus mengajar yang merupakan salah satu bentuk pelaksanaan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) yang dicanangkan oleh Kemendikbudristek. Program Kampus Mengajar berupa asistensi untuk membantu para guru dan kepala sekolah pada jenjang Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) di berbagai Desa/Kota. Pada program ini mahasiswa yang terlibat dalam program Kampus Mengajar memiliki tanggung jawab dalam membantu pihak sekolah pada proses mengajar, adaptasi teknologi, membantu administrasi sekolah, dan meningkatkan pembelajaran literasi dan numerasi pada siswa/i. selain itu mahasiswa memiliki tanggung jawab dalam memperbaiki karakter siswa dan meningkatkan minat belajar siswa/i. Hasil dari program ini adalah sebagai sarana dalam mengasah kepemimpinan mahasiswa, kreativitas. Pemecahan masalah, dan inovasi langsung dari lapangan.

Kata Kunci: Permainan Tradisional, Kampus Mengajar

Pendahuluan

Pendidikan menjadi sesuatu yang penting dalam kehidupan masyarakat. Pendidikan merupakan suatu usaha yang dilakukan secara berstruktur dan logis bertujuan membina dan membangun seseorang menjadi seorang yang lebih dewasa agar dapat mengambil keputusan dengan bijaksana dan berimbas pada kebutuhan akan pendidikan dalam kehidupan di masyarakat. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan berusaha mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani agar bisa memberikan dampak yang baik untuk kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan manusia Indonesia (Mudzakir, 2020). Tujuan utama dari pendidikan adalah perkembangan individu secara menyeluruh, dari seorang manusia yang masih polos dapat mengembangkan dirinya secara menyeluruh baik aspek fisik, mental, sosial, dan spiritual (Areslon, 2021).

Bila dilihat dari tujuan penjas, maka penjas merupakan salah satu mata pelajaran yang dapat meningkatkan perkembangan gerak, sehingga sebagai guru penjas kita diharapkan bisa meningkatkan kemampuan keterampilan gerak dasar dalam setiap cabang olahraga yang. Pembelajaran penjas yang diberikan kepada siswa dibuat dengan sedemikian mudah dengan melihat karakteristik siswa agar siswa dapat melakukannya dengan mudah dan menyenangkan. Tetapi dalam kenyataan di lapang, terkadang seorang guru memberikan suatu materi pembelajaran penjas lebih ke dalam penekanan kepada teknik yang mana disaat anak mengalami atau menghadapi kegagalan dalam setiap aktivitasnya dapat berdampak negatif yaitu anak frustasi dan tidak ingin melakukan aktivitas olahraga lagi. Maka dengan hal ini seorang guru harus memahami tentang karateristik anak didiknya (Santosa, 2016).

Dengan pola pembelajaran permainan tradisional yang menyenangkan, tanpa adanya tuntutan tugas gerak yang kompleks dan menjenuhkan, serta kaya akan gerak yang bermakna dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk merasakan kesuksesan dari apa yang dilakukannya maka hal tersebut dapat memberikan efekpositif terhadap perkembangan kepribadian yang dimiliki siswa. Salah satu kepribadian yang sangat penting untuk dikembangkan dalam diri siswa yaitu Self esteem. Self esteem atau harga diri dapat diartikan sebagai penilaian terhadap diri tentang keberhargaan diri yang diekspresikan melalui sikap-sikap yang dianut individu (Santosa, 2016).

Permainan tradisional merupakan warisan budaya bangsa yang sudah dimainkan sejak dulu. Permainan tradisional mampu menstimulasi berbagai aspek perkembangan anak. Sebagai bagian dari pendidikan, guru sudah semestinya mengenalkan kepada anak tentang permainan tradisional tersebut. Terdapat beberapa macam permainan tradisional mulai dari olah pikir, bernyanyi, dan ketangkasan. Permainan tradisional terbukti sarat dengan makna dan muatan nilai positif untuk mebentuk karakter anak sebagai generasi penerus bangsa (Adi, 2020).

Sedangkan menurut (Nuryana, 2021) permainan/olahraga tradisional merupakan aktivitas positif yang menjadi sarana dalam meningkatkan kesehatan jasmani, mental dan rohani. Maka dari itu permainan tradisional sengaja ditentukan untuk mengembangkan intelektual, kreatifitas, ketangkasan, kelincahan dan sebagainya. Namun permainan dilakukan tidak hanya sekedar memperoleh hal yang tersebut diatas tetapi juga untuk melatih bersikap jujur, disiplin. Permainan tradisional galasin adalah salah satu permainan tradisionalIndonesia yang biasa dimainkan pada anak-anak jaman dahulu tetapi pada jaman modern akan dikembangkan atau dilestarikan di sekolah-sekolah ataupun perguruan tinggi khususnya program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

Metode

Program Kampus Mengajar 3 ini dilaksanakan dalam waktu kurang lebih 5 bulan. Dimulai dari sejak tanggal 28 Febuari 2022 dan berakhir pada 9 Juli 2022. Semua kegiatan dilaksanakan di wilayah sekolah SDN Kutanagara II Kab. Karawang. Program Kampus Mengajar 3 ini dilaksanakan sudah mendapatkan persetujuan dari Kemendikbud, Universitas, dan diketahui oleh Disdikpora Karawang serta sekolah SDN Kutanagara II sendiri sebagai sekolah terpilih. Sebelum melakukan kegiatan ini sekolah telah mengedukasi bagaimana pelaksanaan kegiatan belajar mengajar disekolah tersebut serta dalam pelaksanaannya tetap dihimbau untuk menjalankan protokol Kesehatan yaitu menjalankan 3M (Memakai masker, Mencuci tangan, dan Menjaga jarak). Dalam pelaksanaan program Kampus Mengajar 3 di SDN Kutangara II, mahasiswa mendapatkan bimbingan langsung dari Dosen Pembimbing hal ini dapat dibuktikan dengan surat tugas mahasiswa yang bertugas di SDN Kutanagara II. (https://drive.google.com/drive/folders/1MZEMIDF29ashkw3wgxTN5de9OnPdxYf).

Metode dalam kegiatan ini adalah melakukan pengelanan olahraga tradisional dimana partisipasi mahasiswa untuk membantu guru dan sekolah dalam menjalankan kegiatan pembelajaran penjas. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa memberikan pemahaman olahraga tradisonal langsung kepada siswa/i, materi yang disampaikan yaitu salah satu nya ialah kegiatan permainan lompat tali. Awalnya mahasiswa memberikan penjelasan terlebih dahulu untuk siswa/i sebelum melaksanakan kegiatan langsung di lapangan, setelah kedua nya tersampaikan dan dilaksanakan, mahasiswa memberikan evaluasi dari kegiatan yang sudah dilakukan oleh siswa/i.

Hasil dan Pembahasan

Hal pertama yang mahasiswa lakukan yaitu memberikan penjelasan terlebih dahulu tentang permainan dan manfaat yang ada di permainan lompat tali, serta menjelaskan cara bermain dari permainan lompat tali itu sendiri. Manfaat yang bisa didapat dari melakukan permainan lompat tali yaitu, melatih daya tahan jantung dan paru (cardio respiratory) untuk pengembangan kebugaran jasmani. Selain daya tahan yang terlatih, anak juga dapat melatih kognitif, afektif dan psikomotor nya. Karena dipermainan lompat tali ini semua berperan mulai dari mempertimbangkan untuk mengambil sikap serta emosional dalam permainan yang tepat untuk bergerak agar permainan dapat berjalan dengan baik.

Selanjutnya yaitu mahasiswa memberikan kesempatan kepada siswa/i untuk melakukan permainan lompat tali di lapangan. Tujuan nya yaitu agar murid-murid tidak hanya memahami dari sifat teori nya saja, akan tetapi merasakan langsung suasana dan sensasi pada saat melakukan praktek nya secara langsung.

Setelah pelaksaan dilapangan selesai, selanjutnya yang dilakukan oleh mahasiswa yaitu memberikan evaluasi dari hasil mengamati siswa/i yang sudah melaksanakan kegiatan, yaitu tentang cara melompat dengan benar agar permainan berjalan dengan lancer dan benar agar setiap manfaat nya bisa maksimal. Selain di dalam teknis permainan juga mahasiswa memberikan evaluasi tentang suasana bermain, tentang bergurau ataupun candaan yang berlebihan dilakukan pada saat melakukan olahraga itu sangat tidak baik, karena bisa menimbulkan atau terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti cedera pada bagian tubuh.

Gambar 1. Mahasiswa Memberikan Penjelasan Olahraga Tradisonal Permainan Lompat Tali

Gambar 2. Murid Melakukan Kegiatan Lompat Tali Di Lapangan

Gambar 3. Mahasiswa Yang Bertugas Di SDN Kutanagara II

Simpulan dan rekomendasi

Program Kampus Mengajar merupakan program dari Kemendikbudristek yang berupa asistensi atau partnership mahasiswa kepada guru di sekolah sasaran. Program Kampus Mengajar ini memperdayakan mahasiswa dalam proses pembelajaran langsung di Sekolah Dasar (SD) maupun Sekolah Menengah Pertama (SMP) di berbagai desa atau Kota di seluruh Indonesia.

Berdasarkan penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa permainan traditional (lompat tali) ini bisa membantu untuk meningkatkan motivasi siswa dalam belajar khususnya pembelajaran penjas. Walaupun sekolah tersebut tidak mempunyai lapangan yang layak peneliti menyarankan untuk bisa menggali lebih banyak lagi kontribusi permainan tradisional lainnya, guna tercapai terhadap kebugaran jasmani dan lain sebagainya.

Pada kesempatan ini, program Kampus Mengajar saya di tempatkan di SDN Kutanagara II, Kab. Karawang yang memiliki akreditasi B. Program Kampus Mengajar di SDN Kutanagara II berjalan dengan baik dan lancar karena antusiasme siswa/I yang tinggi dan kerjasama dengan pihak sekolah berjalan dengan baik.

Daftar Pustaka

Adi, B. S., sudaryanti, sudaryanti, & Muthmainah, M. (2020). Implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran anak usia dini sebagai pembentuk karakter bangsa. Jurnal Pendidikan Anak; Vol 9, No 1 (2020): Jurnal Pendidikan Anak; 33-39; 2579-4531; 2302-6804. https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/31375.

Gaol, A. L., Resita, C., & Kurniawan, F. (2022). Minat Siswa Tunarungu Dalam Mengikuti Pembelajaran Bulutangkis di Sekolah Menengah Pertama Luar Biasa. Jurnal Literasi Olahraga, 2(3), 156–161. https://doi.org/10.35706/jlo.v2i3.4418.

Nuryana, H., Mury Syafei, M., & Zinat Achmad, I. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Galasin Terhadap Kelincahan Pada Siswa Kelas VII MTs Mathla'ul Anwar Sabajaya Karawang. Jurnal Literasi Olahraga, 2(3), 186–194. https://doi.org/10.35706/jlo.v2i3.5105.

Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar. Jurnal Maenpo:Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, 10(1), 44–49.

Santosa, A. (2016). Pengaruh Permainan Tradisional dalam Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar terhadap Pengembangan Gerak Dasar dan Self Esteem. Jurnal Olahraga, 2(2), 77–87. https://doi.org/10.37742/jo.v2i2.66.