

## PENGENALAN PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL PADA ANAK SEKOLAH DASAR TUNGLUR KEC. BADAS

Imam Sugeng<sup>1</sup>, Arika Umi Zar'in<sup>2</sup>, Era Safitri Alifiana Manjayati<sup>3</sup>, Imam Suhaimi<sup>4</sup>, Stevanus Gatot Supriyadi<sup>5</sup>, Yesy Kusumawati<sup>6</sup>

<sup>1,2,3</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Kahuripan Kediri

<sup>4</sup>Jurusan Argobis, Universitas Kahuripan Kediri

<sup>5,6</sup>Jurusan Ekonomi dan Bisnis, Universitas Kahuripan Kediri

Email: imamsugeng@kahuripan.ac.id

### Abstrak

Pendidikan jasmani adalah suatu proses dalam menndidik yang ditujukan pada seseorang atau sekelompok masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis. Pendidikan jasmani dilakukan melalui berbagai kegiatan jasmani guna memperoleh kesehatan jasmani, pertumbuhan jasmani, kemampuan dan ketrampilan, kecerdasan serta perkembangan watak dan kepribadian guna perkembangan dan pertumbuhan seseorang. Permainan tradisional merupakan suatu kebudayaan yang tak ternilai harganya, permainan tradisional selain sebagai ajang bersenang-senang anak juga mendapatkan manfaat lain. Misal sebagai sara olahraga guna mengasah motorik dan mengasah kepercayaan diri. Kepercayaan diri terlatih melalui bagai mana cara anak memainkan permainan olahraga tradisional tanpa kesulitan. Pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan dengan metode demonstrasi dan lomba pada tanggal 2 Mei 2023. Perlombaan ini diikuti oleh siswa/siswa di SDN Tunglur Kec. Badas. kegiatan lomba permainan tradisionalnya meliputi balap egrang. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini maka akan diperoleh seluruh peserta aktif an akan meningkatkan rasa percaya diri serta menanamkan nilai-nilai yang terkandung dalam olahraga egrang ini serta menanamkan betappa pentingnya pelestarian kebudayaan Indonesia

Kata Kunci: Pendidikan Jasmani, Permainan Tradisional, Perlombaan, Percaya diri

### Abstract

*Physical education is a process of education aimed at a person or group of people that is carried out consciously and systematically. Physical education is carried out through various physical activities in order to obtain physical health, physical growth, abilities and skills, intelligence and the development of character and personality for the development and growth of a person. Traditional games are an invaluable culture, traditional games apart from being a place for children to have fun also get other benefits. For example, as a means of sports to hone motor skills and hone self-confidence. Confidence is trained through how children play traditional sports games without difficulty. This community service was carried out using the demonstration and competition method on May 2023. This competition was attended by students at SDN Tunglur Kec. Badas. Traditional game competition activities include stilts racing. The results of this community service will be obtained by all active participants and will increase self-confidence and instill the values contained in this stilt sport and instill the importance of preserving Indonesian culture.*

*Keywords: Physical Education, Traditional Games, Competition, Confidence*

## Pendahuluan

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang harus diajarkan di sekolah. Dalam mata pelajaran ini dikembangkan tiga aspek dominan yang meliputi: afektif, kognitif dan psikomotor pada anak yang pelaksanaannya dapat bersifat teoritis maupun aktifitas praktis. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan berusaha mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani.

Pada dasarnya dalam pendidikan jasmani siswa terutama siswa sekola dasar cenderung lebih menyukai atau tertarik pada olahraga atau aktivitas jasmani yang besifat permainan yang dilakukan secara berkelompok. Sebagai seorang guru olahraga sekola dasar haruslah pandai dalam memilah dan memilih jenis permainan olahraga. salah satu yang dapat diajarkan kepada murid adalah olahraga tradisional yang dimana didalamnya ditanamkan nilai-nilai leluhur bangsa Indonesia.

Perkembangan dunia modern khususnya dalam pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan sangatlah cepat dan pesat, sehingga permainan tradisional semakin tersisihkan oleh perkembangan jaman serta semakin kesini semakin jarang siswa yang mengenali olahraga tradisional. Permainan tradisional yang semakin tersisihkan sekarang sebenarnya olahraga tradisional juga mempunyai fungsi yang amat penting, yaitu sebagai salah satu metode pembelajaran penjas dengan suasana yang menyenangkan sesuai dengan karakteristik siswa SD yang gemar bermain dan bersenang-senang.

Salah satu permainan tradisional yang dapat mengembangkan karakteristik anak serta dapat meningkatkan kepercayaan diri adalah egrang dikarenakan olahraga egrang ini membutuhkan konsentrasi dang kepercayaan diri yang tinggi, Melalui keterampilan, motorik anak dapat beranjak dari kondisi "helplessness" (tidak berdaya) pada bulan-bulan pertama kehidupannya, ke kondisi yang "independence" (bebas, tidak bergantung). Anak dapat bergerak dari satu tempat ke tempat lain dan dapat berbuat sendiri untuk dirinya. Kondisi ini akan menunjang perkembangan "self confidence" (rasa percaya diri) (Elizabeth B. Hurlock 1978) selain dapat mengembangakn konsentrasi dan percaya diri siswa egrang juga dapat meningkatkan motoric kasar. Wulansari (2012) menyebutkan bahwa dengan bermain permainan tradisional egrang maka dapat meningkatkan motorik kasar anak.

Egrang merupakan permainan tradisional yang berasal dari bahasa Lampung yang berarti terompah pancung yang terbuat dari bambu bulat Panjang. grang atau jangkungan adalah galah atau tongkat yang digunakan seseorang agar bisa berdiri dalam jarak tertentu di atas tanah. Dalam permainan egrang sendiri terdapat banyak makna terkandung didalamnya yaitu kerja keras, keuletan, dan sportivitas. Sehingga disamping

untuk meningkatkan motorik kasar anak. Bambang Sujiono (2007: 13), menyatakan bahwa gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Egrang juga digunakan untuk mengajarkan permainan tradisional yang dimiliki oleh bangsa Indonesia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dalam rangka memenuhi Tridharma Perguruan Tinggi yaitu Pengabdian Masyarakat, dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi mengadakan kegiatan yang berjudul “pengenalan dasar-dasar loncat indah di kota Kediri bagi atlet pemula”

1. Identifikasi masalah

Kurangnya kemampuan motorik kasar serta kepercayaan diri pada siswa sekolah dasar sehingga dirasa perlu adanya pengabdian masyarakat perihal pengenalan Permainan Tradisional Egrang

2. Tujuan kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa serta motorik kasar anak sekolah dasar

3. Manfaat Kegiatan

Manfaat yang diharapkan dari pendampingan ini adalah sebagai berikut.

1. Bagi siswa diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan pada dirinya
2. Bagi guru diharapkan dapat mengembangkan metode belajar guna meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah dasar
3. Bagi pelaksana program pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menjadi sarana berkembangnya permainan tradisional egrang

### **Metode Pelaksanaan**

Metode dalam penelitian ini adalah dengan memberikan pengalaman langsung secara langsung kepada siswa dan guru melalui perlombaan “balap egrang” sebagai upaya peningkatan kepercayaan diri siswa. Dengan begitu secara langsung para siswa langsung merasakan dan mengenal berbagai aktifitas fisik melalui egrang. Sebelum melaksanakan diperlukan persiapan dalam menyiapkan egrang itu sendiri dan juga mempersiapkan tim guna mempersiapkan program pengabdian ini.

Dalam melaksanakan kegiatan program pengabdian kepada masyarakat ini digunakan metode-metode kegiatan sebagai berikut :

1. Metode demonstrasi

Metode ini dilakukan dengan cara mempraktikkan atau memberikan pengetahuan dasar mengenai egrang yang dilakukan oleh TIM

## 2. Lomba

Metode yang digunakan untuk mempraktekan lomba permainan tradisional adalah dengan melalui kompetisi diantara para peserta dari sekolah satu dengan yang lain sampai dengan diperoleh pemenang dari lomba yang diselenggarakan.

Berikut ini adalah SOP dalam melakukan Kegiatan Pengabdian Masyarakat Sebelum melaksanakan kegiatan maka perlu dilakukan persiapan-persiapan sebagai berikut :

1. Melakukan pendataan terhadap sekola dasar mana yang akan dituju
2. Melakukan persiapan bersama TIM
3. Menentukan waktu pelaksanaan dan menentukan teknik dasar yang harus diberikan kepada atlet pemula.



**Gambar 1. Praktik Egrang**

## **Hasil Dan Pembahasan**

Dalam kegiatan lomba egrang siswa-siswi sangat aktif dikarenakan mereka belum terlalu mengenal apa itu olahraga egrang, pada kegiatan ini didapatkan fakta bahwa kepercayaan diri siswa meningkat ini terlihat dari pada saat siswa mampu melakukan permainan egrang dan menang mereka memberikan edukasi terhadap temannya yang belum bisa melaksanakannya. Selain itu guru pendamping beserta orang tua sangat antusias dalam memberikan dukungan dan motivasi untuk anak mereka. Dalam kegiatan ini sekola yang terdata sangat antusias dengan mengirimkan siswanya beserta pendampingnya, sehingga acara ini memenuhi target dalam pelaksanaannya

Pada perlombaan ini lomba egrang juara satu diraih oleh SDN Tunglur Kec. Badas untuk juara kedua dimenangkan oleh SDN Tunglur Kec. Badas untuk juara ketiga dimenangkan oleh SDN Tunglur Kec. Badas Pada kegiatan ini sekola pemenang diberikan sepasang egrang guna diimplementasikan sebagai bahan ajar disekolanya

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan melibatkan TIM Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dalam prosesnya mereka melaksanakan dengan baik dan benar sehingga acara ini dapat dilaksanakan dengan baik dibawah arahan dosen pembimbing.

Mahasiswa berperan sebagai panitia di pengabdian masyarakat ini mahasiswa belajar bagaimana caranya mengadakan suatu kegiatan sehingga membekali mereka untuk kedepannya, selain itu mereka belajar bagaimana caranya berorganisasi, disiplin, bersosialisasi, bekerja sama dan mandiri.

## **FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT**

Pada umumnya kegiatan ini berjalan dengan lancar akan tetapi dalam pelaksanaannya terdapat beberapa faktor pendukung dan faktor penghambat. Faktor penghambat dalam kegiatan ini merupakan kurangnya koordinasi tentang peraturan permainan egrang dikarenakan mahasiswa yang berperan sebagai panitia baru pertama kali melaksanakan kegiatan ini

Faktor pendukung dalam kegiatan ini merupakan antusiasme dari berbagai pihak mulai dari pihak siswa, guru pendamping, sekola sampai pihak sekola sangat mendukung kegiatan ini sehingga acara ini bisa berjalan lancar dan diharapkan kegiatan ini akan berlangsung secara terus menerus guna melestarikan permainan ini.

## **Kesimpulan**

Kesimpulannya didapat bahwa kegiatan ini sangat bagus dalam melestarikan dan kita sebagai warga negara Indonesia dapat menghargai kebudayaan melalui kegiatan ini yaitu Pengenalan Permainan Olahraga Tradisional Pada Anak Sekolah Dasar. Pada kegiatan ini kepercayaan diri siswa sangat terlihat dan cenderung meningkat ini terlihat pada peserta didik yang bisa melaksanakan permainan ini mereka tidak segan mengajarkan kepada teman sejawatnya perihal permainan ini. Antusiasme pada pengabdian kepada masyarakat ini sangat positif mulai dari peserta didik, guru pendamping, orang tua murid, pihak sekolah sangat mendukung kegiatan ini. Yang penting dari kegiatan ini adalah kepercayaan diri siswa meningkat serta peserta didik dapat belajar nilai-nilai kebudayaan dan juga nilai-nilai dalam ranah Pendidikan kognitif, afektif, dan psikomotor yang terkandung didalam aktifitas jasmani.

Selain itu, mahasiswa dan dosen yang melaksanakan kegiatan ini mendapatkan manfaat dari kegiatan ini, mulai dari belajar kepemimpinan, belajar berorganisasi suatu event. Dengan kegiatan tersebut mahasiswa menjadi punya pengalaman yang nantinya dapat berguna bagi mereka suatu saat nanti

## **Saran**

Oleh karena itu perlu dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui Pengenalan Permainan Olahraga Tradisional Pada Anak Sekolah Dasar sehingga kedepannya diharapkan ada kelanjutan atau secara continue perihal kegiatan ini dikarenakan dirasakan oleh berbagai pihak bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat bagi siswa dan masyarakat.

## **Daftar Pustaka**

- Anita Faradilla Rahim. 2015. Pengaruh Permainan Tradisional Egrang Tempurung Kelapa Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini 4 – 6 Tahun. Jurnal. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hurlock, B. Elizabeth. 1978. Perkembangan Anak Jilid 2. (Terjemahan : Med Meitsari Tjandrasa). Jakarta : PT. Gelora Aksara Pratama

Sri Prihatini Puspitowati .2012. Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Lompat Tali Pada Kelompok B di TK Pertiwi Sribit Delanggu Klaten Tahun Ajaran 2012/2013. Jurnal. Prodi Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Srakarta.

Wulansari. 2012. Penggunaan Permainan Tradisional Egrang Batok untuk meningkatkan motorik kasar Anak Kelompok B TK Dharma Wanita Persatuan Driyorejo II. Gresik. Jurnal. Prodi S 1 PG PAUD Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya.