

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Pembelajaran

Pembelajaran atau ungkapan yang lebih dikenal sebelumnya “pengajaran” adalah upaya untuk membelajarkan siswa. Oemar Hamalik mengungkapkan bahwa pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan dan prosedur yang saling mempengaruhi tercapainya tujuan pembelajaran. Sedangkan, menurut kamus besar bahasa Indonesia pembelajaran adalah proses, cara, perbuatan yang menjadikan orang atau mahluk hidup belajar.¹

Jadi pembelajaran adalah sebagai kegiatan yang dilakukan guru kepada anak didik sedemikian rupa, sehingga tingkah laku siwa berubah kearah yang lebih baik. Perubahan tingkah laku bisa dilihat dengan beberapa aspek yaitu efektif, kognitif, psikomotorik pada anak.

Pada kajian teori ini pembelajaran tradisional permainan gobag sodora sudah semakin punah dan siwa jarang memainkannya karena permainannya monoton sehingga siwa cepat bosan memainkannya. sebagai acuan berfikir secara ilmiah dalam rangka untuk memecahkan masalah, secara garis besar akan

¹ Azhar Arsyad, *Media Pembelajaran*, (Jakarta: Raja Grafiando Persad,2002), 3

diuraikan tentang: pengertian pendidikan jasmani, pengertian gerak, karakteristik perkembangan gerak anak sekolah dasar, pengembangan penguasaan gerak pada fase anak besar (6-14 tahun), komponen kondisi fisik, permainan tradisional sebagai budaya, pengertian permainan tradisional gobag sodor, pentingnya modifikasi permainan, modifikasi permainan tradisional gobag sodor.

B. Pendidikan Jasmani

1. Pengertian Pendidikan jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari keseluruhan pendidikan dan juga digunakan sebagai alat untuk pendidikan untuk mencapai tujuan umum pendidikan nasional. Untuk mencapai tujuan yang dimaksud diperlukan peningkatan dalam pembelajaran penjas sehingga semakin efektif pelaksanaannya. Semakin efektifnya pembelajaran penjas maka akan mempermudah penelolan pendidikan untuk mencapai masyarakat Indonesia yang berkualitas baik dalam akademik maupun unggul dalam keterampilan serta sehat jasmani dan rohani.

Kedudukan dalam mata pembelajaran Penjas, Olahraga , dan Kesehatan (Penjas) didalam kurikulum pendidikan sangatlah penting. Karena mata pembelajaran ini digunakan sebagai salah satu kelompok bidang studi yang penting yang harus diajarkan sejak sekolah dasar. Pada dasarnya, anak-anak usia sekolah dasar cenderung aktif bergerak dan bermain. Dalam pembelajaran penjas

diharapkan bisa menjadi media bagi anak-anak siswa sekolah dasar untuk melakukan berbagai bentuk gerak agar memperoleh berbagai keterampilan. Ada Beberapa Pendapat Tentang Penertian Pendidikan Jasmani Menurut Para ahli.

Menurut Adang suherman ada dua sudut pandang mengenai pendidikan jasmani yaitu :

- a. Pandangan tradisional, pandangan ini menganggap bahwa pendidikan jasmani hanya semata-mata mendidik jasmani atau sebagai pelengkap, penyeimbangan, atau penyelaras pendidikan rohani manusia. Dengan kata lain pendidikan jasmani hanya sebagai pelengkap saja
- b. Pandangan modern, atau sering juga disebut pandangan holistik, menganggap bahwa manusia bukan sesuatu yang terdiri dari bagian-bagian terpilih. Manusia adalah kesatuan dari berbagai bagian terpadu. Oleh karena itu pendidikan jasmani tidak hanya beroreantasi pada jasmani saja atau hanya kepentingan satu komponen saja.²

Sedangkan menurut Samsudin mengemukakan mengenai pendidikan jasmani yaitu:

- Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap positif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk

² Adang suherman. Dasar-dasar Penjaskes. (Jakarta: Depdiknas, 2000),151

meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.³

Dari beberapa pengertian diatas menyimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan yang menggunakan aktivitas jasmani (raga) dan didalamnya terdapat nuansa pendidikan meliputi pengetahuan, sikap dan gerak. Pembelajaran penjas merupakan perpaduan antara pendidikan jasmani, olahraga dan pendidikan kesehatan dengan persamaan pada tujuan yaitu dalam meningkatkan kualitas manusia melalui peningkatan aktivitas fisik.

2. Karakteristik Pendidikan Jasmani

Tujuan Khusus pendidikan jasmani dan kesehatan meliputi sasaran:

Meningkatkan keselarsan penumbuhan dan perkembangan antar jasmani, rohani, mental, dan kehidupan bermasyarakat yaitu : Mengembangkan keterampilan gerak dasar, Menanamkan nilai dan sikap yang positif, Mengembangkan pengetahuan dan kebiasaan diperlukan untuk hidup sehat, Menanamkan kegembiraan berolahraga, Meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan dan melestarikan budaya

³ Samsudi. Pe mbelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD/MI. (Jakarta: Prenada Media Group,2008),11

3. Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya secukupnya penjas tidak semata-mata pada aspek jasmani saja tetapi aspek mental dan social. Cakupan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut :Perkembangan tujuan fisik.

Bucher mengemukakan bahwa tujuan pendidikan SD adalah:

- a. Anak harus dipandang sebagai individu dengan kebutuhan fisik, mental, emosional dan social yang berbeda.
- b. Keterampilan gerak dan kognitif harus mendapat penekanan.
- c. Anak harus meningkatkan kekuatan otot, daya tahan, kelenturan, kemampuan dan kekoordinasi serta harus belajar bagaimana faktor-faktor tersebut memainkan peran dalam meningkatkan kebugaran jasmani
- d. Pertumbuhan social dalam berolahraga harus menjadi bagian penting dari semua program.⁴

4. Manfaat Pendidikan Jasmani dan Olahraga

Secara umum, manfaat pendidikan jasmani dan olahraga disekolah mencakup sebagai berikut :

- a. Memenuhi kebutuhan anak akan bergerak

Pendidikan jasmani dan olahraga memang merupakan dunia anak dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Didalamnya anak-anak dapat belajar kembali sambil bergembira melalui penyaluran

⁴Samsudi. *Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD/MI*.hlm 7

hasratnya untuk bergerak. Semakin terpenuhinya kebutuhan akan gerak dalam masa-masa pertumbuhannya, maka kian besar keselamatannya bagi kualitas pertumbuhan itu sendiri

b. Mengenalkan anak pada potensi dirinya

Dengan bermain dan bergerak anak-anak benar-benar belajar tentang potensinya dan dalam kegiatan ini anak-anak mencoba mengenali lingkungan sekitarnya. Para ahli sepaham bahwa pengalaman ini penting untuk merangsang pertumbuhan intelektual dan hubungan sosialnya dan bahkan perkembangan harga diri yang menjadi dasar kepribadiannya kelak.

c. Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna

Karena pada usia sekolah dasar tingkat pertumbuhan sedang lambat-lambatnya maka pada usia-usia inilah kesempatan anak untuk mempelajari keterampilan gerak sedangkan tiba masa kritisnya konsekuensinya, ketelantaran pembinaan pada masa ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak pada masa berikutnya.

d. Menyalurkan energy yang berlebihan

Anak adalah makhluk yang sedang berada masa kelebihan energi. Kelebihan energy inilah yang perlu disalurkan agar tidak mengganggu keseimbangan perilaku dan mental anak. Segera setelah kelebihan energy tersalurkan, anak akan memperoleh kembali keseimbangan dirinya. Karena setelah istirahat anak akan kembali memperbaharui dan memulihkan kembali energinya secara optimal.

- e. Merupakan proses pendidikan secara serempak baik, fisik, mental maupun emosi Hasil nyata yang diperoleh dari pendidikan jasmani dan olahraga adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek fisik, mental, emosi, social dan moral. Tidak salah jika para ahli percaya bahwa pendidikan jasmani dan olahraga merupakan wahan yang paling tepat untuk membentuk manusia seutuhnya.⁵

Pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa manfaat pendidikan jasmani dalah memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, social dan emosional.

C. Gerak

Gerak adalah ciri hidup terpenting “ Tiada Hidup Tanpa Gerak” memelihara kemampuan gerak adalah mempertahankan hidup, makin banyak pergerakan , makin nyata kehidupan apa artinya hidup bila tak mampu bergerak kemampuan gerak yang lebih baik berarti kualitas hidup yang akan lebih baik.⁶ Jadi Pengertian gerak dasar adalah kemampuan untuk melakukan tugas sehari-hari yang meliputi gerak jalan, lari, lompat lempar.

Sedangkan menurut Amung Ma'mun dan Yuda M.Saputra, kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang bisa siswa

⁵ Ahmad putursi. *Menejemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. hlm 18-19

⁶ Dini Rosdiani, *Dinamika Olahraga dan Pengembangan Nilai*, (Bandung : Alfabeta,2013), 66

lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga yaitu :

Kemampuan lokomotor, digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu

tempat ketempat lain untuk mengangkat tubuh keatas seperti lompat dan loncat

- Kemampuan non lokomotor, dilakukan ditempat tanpa tanpa ada ruang gerak yang memadai, contohnya mendorong atau menarik
- Kemampuan manipulative lebih banyak melibatkan kemampuan tangan dan kaki

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan gerak dasar adalah kemampuan kesanggupan untuk dapat melakukan tugas-tugas jalan, lompat, lari dan lempar secara efektif dan efisien.

D. Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Sekolah Dasar (SD/MI)

Karakteristik anak dalam pola gerak dasar (jalan, lari dan lompat) akan bisa berkembang dengan baik. Namun koordinasi gerak anak masih kurang berkembang. Karena itu ini berarti anak-anak kurang sukar untuk mampu belajar keterampilan yang kompleks (compeks skills). Disini sebutkan ciri-ciri karkteristik perkembangan gerak anak sekolah dasar yaitu :

1. Ukuran dan bentuk anak usia 6-12 tahun

Perkembangan fisik anak yang terjadi pada masa ini menunjukkan adanya kecenderungan yang berbeda dibandingkan pada masa sebelumnya dan pada masa sesudahnya. Kecenderungan perbedaan yang terjadi adalah dalam hal pola pertumbuhan fisik anak laki-laki dan anak perempuan sudah menunjukkan kecenderungan semakin jelas tampak adanya perbedaan

a. Perkembangan aktivitas motorik halus (*gross motor activity*)

Perkembangan kemampuan gerak kasar adalah gerakan yang mungkin dilakukan oleh seluruh tubuh yang melibatkan sebagian besar bagian tubuh dan biasanya melakukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar, misalnya: menegakkan kepala, tengkurep, merangkang, berjalan dan sebagainya.

b. perkembangan aktifitas motoric halus (*fine motor activity*)

Perkembangan kemampuan gerak adalah hanya melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu saja dan dilakukan oleh otot-otot kecil tidak melakukan tenaga, contohnya : menggambar, mengambil benda kecil dengan ibu jari dan jari telunjuk.

2. Perkembangan gerak dasar pada fase anak besar (6-14)

Dengan meningkatkan kemampuan tubuh dan kemampuan fisik maka meningkat pada kemampuan gerak dasar yang sudah mulai bisa dilakukan pada masa anak kecil semakin dikuasai

peningkatan kemampuan gerak bias diidentifikasi dalam bentuk sebagai berikut:

- a. Gerakkan bias dilakukan dengan mekenika tubuh yang semakin baik
- b. Gerakan semakin lancer dan terkontrol
- c. Pola gerakan variasi⁷

E. Komponen Kondisi Fisik

Kondisi fisik ditinjau adalah suatu kesatuan utuh dari kompnen-kompnen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatannya, maupun pemeliharannya. Komponen kondisi fisik menurut bempa dalam Heri Tri Cahyono 2010, sebagai komponen kesegaran biometik dimana kesegaran motoric terdiri dari dua kelompok komponen masing-masing adalah kelompok kesegaran jasmani yaitu : kesegaran otot, kesegaran kardiovaskular, kesegaran keseimbangan jumlah dalam tubuh dan kesegaran kelenturan. Kelompok komponen lain dikatakan sebagai kelompok kesehatan motorik yang terdiri dari : koordinasi gerak, kesimbangan, kecepatan, kelincahan, daya ledak otot.

Disamping itu ada dua komponen yang dapat dikategorikan sebagai komponen kondisi fisik yaitu: ketepatan dan raksi apabila komponen gerak digabung dalam komponen kelincahan, maka ada 10 komponen yang masuk katagori kondisi fisik, yang mana

⁷ Sugianto dan sudjarwo, *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*, (Semarang: Dahara prize, 1993)101- 116

keseperuluh komponen tersebut dapat diukur keadaan melalui satu tes seperti diatas ada pun komponen yang dimaksud yaitu:

1. Kekuatan (*strenght*)

Kekuatan adalah komponen kondisi fisik seseorang tentang kemampuan dalam menggunakan otot-otot untuk menerima beban sewaktu bekerja

2. Daya Tahan (*endurance*)

Daya tahan dalah kemampuan seorang dalam menggunakan ototnya untuk berkonsentrasi secara terus menerus dalam waktu yang relative lama dengan beban tertentu

3. Daya Ledak otot (*muscular power*)

Daya ledak otot adalah kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerjakan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Daya tahan otot dipengaruhi oleh kekuatan otot, kecepatan kontraksi otot sehingga semua factor yang dipengaruhi daya otot. Jadi daya otot adalah kualitas yang memungkinkan otot atau sekelompok otot untuk melakukan kerja fisik secara tiba-tiba.

4. Kecepatan (*speed*)

Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya

5. Kelentukan (*flexibility*)

Kelentukan adalah efektivitas seseorang dalam menyesuaikan diri untuk segala aktifitas dengan

pengukuran tubuh yang luas. Hal ini sangat mudah ditandai dengan tingkat fleksibel persendian pada seluruh permukaan tubuh. Dengan demikian kelentukan berarti bahwa tubuh dapat melakukan gerakan secara bebas. Tubuh yang baik harus memiliki kelentukan yang baik pula. Hal ini dapat dicapai dengan latihan jasmani terutama untuk penguluran dan kelentukan. Faktor yang mempengaruhi kelentukan adalah usia dan aktivitas fisik pada usia lanjut kelentukan berkurang akibat menurunnya aktifitas otot sebagai akibat berkurangnya latihan (aktivitas fisik).

6. Kelincahan (*agility*)

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu, seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik berarti kelincahannya cukup

7. Keseimbangan (*balance*)

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otaknya, selama melakukan gerakan-gerakan yang cepat, dengan perubahan letak titik-titik berat badan yang cepat pula, baik dalam keadaan statis maupun lebih-lebih dalam gerak dinamis

8. Koordinasi atau *Coordination*

Koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan gerakan yang berbeda kedalam suatu pola gerakan tunggal secara efektif

9. Ketepatan (*Accuracy*)

Ketepatan adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan gerak-gerak bebas, terhadap suatu sasaran. Sasaran dapat berupa jarak atau mungkin suatu objek langsung yang harus dikenali dengan salah satu bidang tubuh.

10. Reaksi (*Reaction*)

Reaksi adalah kemampuan seseorang segera bertindak secepatnya, dalam menanggapi rangsangan-rangsangan datang lewat indra, syaraf, atau feeling lainnya. Status kondisi fisik seseorang dapat diketahui dalam cara penilaian bentuk tes kemampuan.⁸ Artinya bahwa setiap usaha peningkatan kondisi fisik, maka harus mengembangkan semua komponen tersebut. Walaupun perlu dilakukan dengan system prioritas, (komponen apa yang perlu mendapat porsi latihan besar dibidang komponen lain). Sesuai status yang diketahui, setelah komponen tersebut diukur dan dinilai. Dalam hal ini kemampuan fisik yang digunakan dalam permainan gobabag sodor bola yaitu : a) anak memerlukan daya tahan, karena kalau kondisi fisik anak lemah anak tidak bisa melakukan kegiatan tersebut. b) Anak membutuhkan kekuatan, karena untuk melempar bola ketemannya. c) Anak harus mempunyai kelincahan karena anak harus bisa menerobos

⁸ M. Sajoto, *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*, (Semarang: Dahara prize, 1988) 58-59

pertahanan lawan. d) Anak melakukan reaksi untuk mengantisipasi datangnya bola, untuk kemudian ditangkap.

F. Olahraga Permainan Tradisional

1. Olahraga Permainan tradisional

Pengertian olahraga permainan tradisional adalah jenis olahraga permainan rakyat yang tumbuh berkembang alam dalam suatu komunitas masyarakat tertentu, diwariskan secara turun-temurun dari generasi kegenerasi. Olahraga tradisional sesungguhnya tak sebatas permainan, tapi lebih itu mengandung nilai-nilai luhur dari kultur dan kebiasaan masyarakat disuatu daerah, dimana di dalamnya terkandung juga unsur magis dan olah seni. Dalam perkembangan sekarang, olahraga tradisional memiliki dimensi lain yang sangat penting, yakni sebagai unsur penunjang dalam bidang prestasi.

Pengertian olahraga permainan tradisional sendiri mengarah kepada karakteristik suatu budaya gerak didaerah tertentu, yang dalam perkembangan kemudian dinamakan olahraga permainan tradisional yang menjadi identitas komunitas tersebut. Selain memiliki peran strategis dalam usaha-usah peningkatan kualitas hidup manusia, olahraga permainan tradisioanal juga merupakan bentuk pelestarian kekayaan budaya daerah serta penguasaan nilai-nilai kemanusiaan yang melandasi perkembangan manusia secara utuh.

Dalam lingkungan olahraga permainan tradisional, terlibat berbagai factor yang saling mempengaruhi, baik internal maupun eksternal, yang keserasiannya ditentukan oleh sikap mental dan rasa tanggung jawab seseorang dalam melestarikan dan meningkatkan kualitas lingkungannya, sebab sebagaimana pun, pemahaman tentang olahraga ini tidak bisa dilepaskan dari pemahaman aspek manusia sebagai pelakunya, mengingat olahraga permainan tradisional. Antara lain kekuatan, kelenturan, kecepatan gerak dan kemampuan reaksi (kecepatan dan ketepatannya)

2. Macam-macam Olahraga Permainan Tradisional

Dalam olahraga permainan tradisional, bentuk pemainnya terbagi menjadi dua. Pertama, permainan untuk bermain (*play*), yang lebih bersifat hiburan, mengisi waktu luang dan umumnya dimainkan oleh anak-anak. Kedua, permainan untuk bermain (*games*), yang dibagi menjadi empat jenis, yaitu:

- a. Permainan yang mengeluarkan kekuatan / keterampilan fisik. Contohnya : egrang, dayung, panah dan pancake silat.
- b. Permainan yang memerlukan siasat. Contohnya: dakon dan dam-daman.
- c. Permainan yang melakukan kekuatan fisik dan siasat. Contohnya: gobag sodor, sepak takraw dan kasti. Sedangkan pengembangannya dapat ditempuh melalui

dua cara yaitu cara stimulan, dalam pengertian tetap mempertahankan eksistensinya tradisional dan cara kedua lebih menonjolkan pada aspek keolahragannya.⁹

G. Olahraga Tradisional Sebagai Budaya

Di bidang pariwisata bisa dijadikan sarana untuk menunjukkan seni budaya dan tradisi setempat, yang bukan saja mendatangkan keuntungan dari segi ekonomis, tapi juga bisa menciptakan saling pengertian antara etnik yang akhirnya mengarah pada perdamaian dunia. Tetapi sayangnya, di zaman modern ini banyak jenis olahraga tradisional yang sudah mulai ditinggalkan, dalam arti tidak dipertahankan keadaannya, terutama disekolah-sekolah. Hampir sebagian besar sekolah sekarang lebih cenderung mengajarkan olahraga modern yang datang dari luar daripada mengajarkan, lebih sifat teori bukan praktik. Padahal, olahraga yang mengandung nilai-nilai luhur budaya bangsa itu, perlu dilindungi, dibina dan dikembangkan sebagai kekayaan bangsa yang tak ternilai harganya.

Salah satu langkah pentingnya perlu dilakukan untuk mempertahankan olahraga tradisional barangkali diperlukan aktualisasi untuk modifikasi atau mengemasnya, sedemikian rupa, sehingga olahraga permainan tradisional tetap cocok sesuai dengan perkembangan zaman. Artinya, olahraganya tetap tradisional, tapi teknik dan peralatan yang dipakai sesuai dengan

⁹ Prasetyo, Dwi Sunar, *Biarkan Anakmu Bermain*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008) 87

kemajuan jaman. Dengan demikian, kalangan generasi muda tidak lagi merasa kampungan atau ketinggalan zaman bila mempelajari permainan olahraga permainan tradisional milik bangsa sendiri¹⁰

H. Permainan Tradisional Gobag Sodor

1. Pengertian permainan tradisional gobag sodor

Disetiap daerah mempunyai permainan yang pelaksanaannya hampir sama atau banyak persamaannya dengan permainan daerah lainnya. Tentang nama permainan ada yang sama, tetapi tidak jarang namanya pun berbeda, padahal pelaksanaannya sama dengan dengan permainan daerah lainnya tadi. Sebagai contoh dapat dikemukakan di Jawa Tengah dikenal dengan permainan gobag sodor, yang di Jakarta disebut permainan galasin, di Sumatra Utara disebut margalah dan ditempat lain akan bernama lain juga tetapi jelas permainan itu mempunyai aturan permainan yang hampir sama.¹¹

Permainan gobag sodor terdiri dari 2 grup yaitu grup jaga dan lawan. Setiap orang di grup jaga membuat penjagaan berlapis dengan cara berbaris ke belakang sambil merentangkan tangan supaya tidak dilalui lawan. Satu orang

¹⁰ Dini Rosdiani. *Dinamika Olahraga dan Pengembangan Nilai*. 108-112

¹¹ Soemitro. *Permainan Kecil*, (Jakarta: Depdikbud, 1992) 172

penjaga lagi bertugas digaris tengah yang bergerak lurus dari penjaga lainnya.¹²

2. Alat-alat yang digunakan

Permainan gobak sodor ini hanya membutuhkan sebuah kapur dan lapangan yang berbentuk persegi panjang. Kemudian antar garis panjang ditarik garis melintang sehingga terbentuk beberapa persegi panjang. Setelah itu tarik garis tengah yang tegak lurus dengan garis melintang sehingga akan terbentuk banyak petak yang sama besar. Garis ini disebut garis sodor.

3. Cara bermain gobak sodor

- a. Pemain dibagi menjadi dua tim yaitu penjaga dan penyerang (satu tim 3-5 atau dapat disesuaikan dengan jumlah peserta)
- b. Jika dalam satu tim terdiri dari 5 orang, maka dibutuhkan sebuah lapangan yang dibagi menjadi 4 kotak persegi panjang (seperti lapangan bulu tangkis)
- c. Penjaga boleh bergerak kekiri dan kanan digaris horizontal dan demikian pula penjaga bisa bergerak keatas dan kebawah digaris vertikal
- d. Tim penyerang akan melewati setiap garis (horizontal dan vertikal)
- e. Setiap tim penyerang, dari garis awal dan melewati semua garis yang dijaga oleh lawan. Bila satu pemain yang

¹² A. Husna, 100+ Permainan Tradisional Indonesia, (Yogyakarta: C.V Andi, 2009) 3

berhasil melewati garis terakhir maka tim penyerang dianggap menang dan mendapatkan 1 point

- f. Tim penyerang tidak boleh terkena sentuhan dari tim penjaga atau keluar dari garis lapangan. Jika terkena sentuhan dari tim penjaga maka pemain tersebut akan dinyatakan gugur dan keluar dari permainan
- g. Tim penyerang dinyatakan kalah jika penyerang tersentuh penjaga

Permainan dilanjutkan kembali dengan bergantian peran, tim penjaga menjadi tim penyerang demikian juga sebaliknya

4. Manfaat permainan gobag sodor

Permainan tradisional gobag sodor ini sangatlah bermanfaat apabila anak-anak mainkannya baik manfaat Fisiknya yaitu : Melatih kelincahan gerak tubuh, Melatih kecepatan, Mengasah kemampuan dalam mencari strategi yang tepat, Mengembangkan keterampilan gerak dasar berlari dan rekreasi, Melatih kerja sama dalam sebuah tim, Meningkatkan kekuatan dan ketangkasan, Menanamkan sportivitas serta kesadaran hidup sehat.

Sedangkan manfaat Mentalnya yaitu: Melatih kepemimpinan, Mengasah kemampuan otak, Mengembangkan sikap sosial yang dimiliki anak untuk menyelamatkan temannya dari garis lawan, Dapat melatih kecermatan anak dalam menyelesaikan suatu masalah, kesempatan dapat

menerima kemenangan dan kekalahan dengan sikap lapang dada, dan kesempatan untuk bergaul dengan teman-temannya.¹³

5. Kelebihan dan Kelemahan Media Permainan Gobag Sodor

a. Kelebihan Media Permainan Gobag Sodor

- 1) Permainan menggunakan media pembelajaran gobag sodor dalam pembelajaran sangat menyenangkan
- 2) Melatih kelincahan gerak tubuh dan Melatih kecepatan
- 3) Melatih kerja sama dalam sebuah tim

b. Kelemahan Media Permainan Gobag Sodor

1) Dari segi permainan

Anak-anak mudah cepat lelah dalam bermain gobag sodor

2) Dari segi seragam (kaos tim)

Untuk lingkungan sekolah dasar memang jarang sekali yang memiliki seragam kusus untuk melakukan permainan ini. Akan tetapi bisa disiasati dengan cara, apa bila kedua tim memakai seragam yang sama dapat menggunakan alternative yaitu: (1) memakai nomor dada dengan warna yang berbeda,(2) salah satu tim baju dimasukan dan yang satunya baju dikeluarkan.

3) Dari segi lahan

Dalam melakukan permainan gobag sodor memerlukan adanya lahan atau lapangan yang cukup besar dan

¹³ Prasetyo, Dwi Sunar. *Biarkan Anakmu Bermain*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008)

memadai ditinjau dari segi peraturan. Hal ini bisa jadi permasalahan bagi sekolah yang hanya memiliki lahan atau lapangan yang tidak cukup luas untuk melakukan permainan ini. Hal ini dapat disiasati dengan cara mengurangi jumlah pemain atau siswa untuk saling bergantian dalam bermain gobag sodor.

I. Pentingnya Modifikasi dalam Permainan

Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik dan menarik. Modifikasi disini mengacu kepada sebuah penciptaan, penyesuaian dan menampilkan suatu alat proses belajar mengajar pendidikan jasmani.

Pelaksanaan modifikasi sangat diperlukan bagi setiap guru pendidikan jasmani sebagai salah satu alternatif atau solusi dalam mengatasi permasalahan yang terjadi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani, modifikasi merupakan implementasi yang sangat berintegrasi dalam aspek pendidikan lainnya.

Lutan mengemukakan bahwa modifikasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan dengan tujuan agar:

1. Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran
2. Meningkatkan keberhasilan dalam berprestasi siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Sedangkan menurut Dony W.Y.K. mengemukakan bahwa modifikasi memiliki keuntungan dan keefektifitasan antara lain:

1. Meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran penjaskes
2. Meningkatkan aktivitas belajar siswa
3. Meningkatkan hasil belajar penjaskes siswa
4. Mengatasi kekurangan sarana prasarana¹⁴.

Pendekatan modifikasi ini dapat dimaksudkan agar materi yang ada dalam kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, efektif dan psikomotorik.

J. Modifikas Empat Tahap Aturan Dalam Permainan Tradisional Gobag sodor dalam Pembelajaran Penjas.

Dalam hal ini yang dimaksud adalah modifikasi model pembelajaran permainan gobag sodor aturan permainan yang dikembangkan dalam empat tahap aturan permainan gobag sodor dalam pembelajaran penjas yang bertujuan supaya siswa bisa meningkatkan aktivitas olahraga dengan aktif, senang dan tampak ada rasa jenuh. Cara bermain dan peraturan sama dengan gobag sodor sesungguhnya, tetapi yang digunakan dalam permainan ini menggunakan empat tahap aturan permainan.

¹⁴ Dony Kusuma, *Laporan Penelitian Pengembangan Model Permainan Bulutangkis untuk Pembelajaran Penjaskores Siswa Sekolah Dasar.* (Semarang : FTK Unnes, 2000) 46-48

Tabel 2.1. Perbedaan permainan gobag sodor sebenarnya dan permainan gobag sodor yang di modifikasi.

Perbedaan	Gobag Sodor	Modifikasi Gobag Sodor	Keterangan
Bentuk dan ukuran lapangan	- Persegi panjang 10 meter, lebar 12 meter	- persegi Panjang 10 meter lebar 12 meter	- Disesuaikan dengan jumlah siswa dan luas lapangan sekolah yang ada
Aturan permainan	- Satu aturan permainan	- Empat tahap aturan permainan	- Dalam adanya empat tahap permainan siswa lebih senang dan tidak jenuh
Segi seragam	- Tim penyerang dan penjaga dari segi kostum sama tidak di bedakan	- Tim penyerang dan penjaga dari segi kostum di bedakan	- Dengan adanya kostum yang berbeda siswa akan lebih tau mana yang penjaga dan penyerang
Lamanya permainan	- 2 x 20 menit	- 2 x 15 menit	- Dalam permainan ini pemain lebih aktif

K. Studi Terdahulu

1. Studi Bahtiar Heru Susanto 2017

“Pengembangan permainan tradisional untuk membentuk karakteristik pada siswa sekolah dasar”. Permainan olahraga tradisional semakin tersisihkan dengan adanya game modern seperti play station dan game online. Game online umumnya dimainkan secara statis, menyebabkan anak menjadi tidak peduli lingkungan sehingga mempengaruhi interaksi sosial anak. Dampaknya, anak berkembang menjadi pribadi yang pemalu, penyendiri, dan individualistis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan model pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan tradisional untuk membentuk karakter disiplin dan jujur pada siswa SD. Penelitian ini mengadaptasi penelitian dan pengembangan model Borg & Gall dengan menyederhanakan menjadi 2 tahapan penelitian yaitu (1) tahap pra-pengembangan, yang meliputi kajian literatur dan studi lapangan, (2) tahap pengembangan, yang meliputi (a) penyusunan draf produk, (b) validasi ahli, (c) uji coba lapangan, dan (d) produk akhir. Hasil penelitian menunjukkan telah tersusunnya tiga permainan tradisional yang dimodifikasi yang terintegrasi perilaku karakter jujur dan disiplin yaitu (1) mladok, (2) gompot, (3) si boi. Unsur modifikasi permainan tradisional berisi: nama permainan,

gambar, tujuan, alat, fasilitas pendukung, cara bermain dan potensi karakter yang terbentuk.

2. Studi Priyant 2017

“Pengembangan pembelajaran passing bola basket dengan permainan tradisional gobak sodor”. Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah model permainan tradisional gobak sodor dapat meningkatkan hasil pembelajaran passing dalam permainan bola basket. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah model permainan tradisional gobak sodor dapat meningkatkan hasil pembelajaran passing dalam permainan bolabasket. Metode penelitian ini adalah penelitian pengembangan. Variabel dalam penelitian ini adalah pembelajaran bola basket yang meliputi: passing, dan permainan tradisional gobak sodor. Hasil uji efektifitas produk terhadap responden adalah sebagai berikut: Data hasil kuesioner para ahli di bidangpenjas diperoleh rata-rata persentase sebesar 86,65% yang artinya masuk dalam kategori penilaian “Baik”.Rata-rata persentase nilai kuesioner siswa setelah melakukan model pembelajaran passing pada uji coba kelompok kecil dan kelompok besar sebesar 90,03% tergolong dalam kategori “Sangat Baik”, serta ada perbedaan signifikan kemampuan passing kelompok kecil dan besar, menyatakan bahwa nilai $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ 2,000 untuk 5% dengan $dk = 19$, yang berarti ada pengaruh.

Model pembelajaran passing dalam penelitian ini terbukti layak, berkualitas dan dapat diterima untuk mengembangkan model pembelajaran passing bola basket dengan modifikasi permainan tradisional gobak sodor. Kesimpulan hasil penelitian, pembelajaran passing bola basket dengan permainan gobak sodor dapat dijadikan sebagai alternatif dalam pembelajaran passing dalam permainan bolabasket. disarankan agar seorang guru dapat menggunakan permainan gobak sodor dalam pembelajaran passing bola basket.

3. Hasil penelitian Meifa Ida Fauziah 2015

“Pengembangan modifikasi permainan gobak sodor dalam bimbingan kelompok untuk afiliasi diri antara siswa SMP kelas VII di UPTD SMPN 2 Nganturu”. Penelitian pengembangan modifikasi permainan gobak sodor untuk afiliasi ini bertujuan untuk melatih kemampuan afiliasi siswa SMP kelas VII di UPTD SMPN 2 Nganturu. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pengembangan dengan model dari Borg dan Gall (1983) yang telah disederhanakan oleh Tim Pusat Penelitian Kebijaksanaan Inovasi Pendidikan (Puslitjaknov) menjadi lima tahapan. Jenis data yang digunakan adalah kuantitatif dan kualitatif deskriptif. Alat pengumpul data yang digunakan adalah angket untuk melakukan validasi pada uji ahli dan calon pengguna produk.

Berdasarkan hasil uji validasi buku panduan modifikasi gobak sodor kepada kedua ahli Bimbingan dan Konseling diperoleh persentase rata-rata keseluruhan kriteria sebesar 86,5%. Tambahan komentar dan saran yang diperoleh dari uji ahli yakni, layanan apa yang mendukung dalam permainan, diminta untuk mencantumkan tempat pemberian permainan, perlu dicantumkan peran konselor, pemimpin/wasit, pemain dan siswa yang lain, perlu adanya konsistensi penulisan modifikasi permainan gobak sodor, perbandingan permainan gobak sodor asli dengan modifikasi tidak perlu dicantumkan, perlu adanya pengubahan kalimat ke dalam bahasa yang lebih interaktif. Sedangkan untuk media permainan pelaksanaan modifikasi permainan gobak sodor berdasarkan penilaian uji ahli memenuhi rata-rata keseluruhan aspek sebesar 81,50%. Tambahan komentar dan saran dari uji ahli sudah baik tanpa ada revisi.

Berdasarkan hasil dari uji validasi pengguna menunjukkan bahwa buku panduan pada modifikasi permainan ini memenuhi rata-rata keseluruhan kriteria sebesar 86,5%. Tambahan komentar dan saran yang diperoleh dari uji ahli sudah baik tanpa ada revisi. Sedangkan untuk media permainan pelaksanaan modifikasi permainan gobak sodor berdasarkan penilaian uji pengguna memenuhi rata-rata keseluruhan aspek sebesar 92,9%. Tambahan

komentar dan saran yang diperoleh dari uji ahli sudah baik tanpa ada revisi.

L. Kerangka Pemikiran

Berhasil tidaknya siswa dalam belajar salah satunya dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam menyajikan materi, maka dibutuhkan evaluasi tentang metode pembelajaran yang tepat, sehingga peserta didik menjadi tertarik dengan materi yang mereka pelajari dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Dalam Setiap Pembelajaran guru mengharapkan seluruh siswanya mengikuti kegiatan pembelajaran yang semangat, menyenangkan, aktif, yang mudah diserap oleh siswa dan lainnya. Namun pada hakikatnya berbeda, siswa masih merasakan malas, bosan, jenuh, tidak tertarik pada pelajaran permainan tradisional yang, dan masih banyak lagi. Hal ini dikarenakan siswa merasakan kegiatan pembelajaran ini sangat membosankan. Dikarenakan dalam kegiatan pembelajaran guru menggunakan model, metode, dan media pembelajaran yang monoton.

Dengan cara melakukan pengembangan media pembelajaran aturan permainan gobag sodor dalam pembelajaran penjas. Disini penulis menggunakan penelitian pengembangan Research and Development (R&D) untuk meningkatkan penunjang pembelajaran dalam media pembelajaran pada materi nilai-nilai Pancasila dan menimalisir kurangnya pemanfaatan terhadap penggunaan media pembelajaran yang sudah tersedia. Dengan

cara membuat sebuah produk yaitu dengan media pembelajaran permainan ular tangga.

Bagan. 2.1. Alur Kerangka Berfikir

