

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Definisi Eksistensi Olahraga dan Permainan Tradisional

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Eksistensi adalah keberadaan, kehadiran yang mengandung unsur bertahan. Eksistensi bisa juga dikenal dengan satu kata yaitu keberadaan. Eksistensi dapat diartikan sesuatu yang menganggap keberadaan manusia tidaklah statis, artinya manusia senantiasa bergerak dari kemungkinan dan kenyataan. Proses ini berubah bila kini menjadi sesuatu yang mungkin maka bosok akan berubah menjadi karena manusia itu mempunyai kebebasan untuk bergerak. Bereksistensi berarti berani mengambil keputusan yang menentukan bagi hidupnya. Konsekuensinya jika tidak bisa mengambil keputusan dan tidak berani berbuat maka kita tidak bereksistensi dalam arti yang sebenarnya.

Olahraga adalah aktivitas yang memiliki akar eksistensi ontologis sangat alami, yang dapat diamati sejak bayi dalam kandungan sampai dengan bentuk-bentuk gerakan terlatih. Olahraga juga adalah permainan senada dengan eksistensi manusiawi sebagai makhluk bermain (*homo ludens-nya huizinga*). Olahraga adalah tontonan yang memiliki akar sejarah yang panjang, sejak Jaman Yunani Kuno dengan arete, argon, pentathlon sampai dengan Olympic Games di masa modern. di mana dalam sejarahnya, perang dan damai selalu mengawal peristiwa keolahragaan itu. Olahraga adalah fenomena multidimensi, seperti halnya manusia itu sendiri. Olahraga memberikan ruang yang luas bagi manusia untuk membuktikan keberadaan dirinya. Hampir semua aktivitas olahraga merupakan suatu cara pembuktian akan kemampuan yang kita miliki.

Secara bahasa permainan berasal dari kata “main” yang mendapat imbuhan pe- dan akhiran -an. Kata permainan merupakan bentuk kata benda dari “main”. Filosofi permainan didefinisikan sebagai hasil dari sejarah manusia yang turun temurun tentunya tanpa membedakan ras, kultur, sosial dan agama. Bercirikan aktifitas jasmani yang mengandung nilai-nilai filosofis dalam setiap gerakannya. Batasan mengenai permainan sangat luas dan sulit untuk menentukan pengertian permainan secara nyata dan tepat dalam arti satu batasan dapat mencakup seluruh pengertian permainan.

Olahraga dan Permainan Tradisional adalah permainan rakyat sebagai aset budaya bangsa yang memiliki unsur olah fisik tradisional. Permainan rakyat berkembang cukup lama ini perlu dilestarikan karena selain sebagai olahraga hiburan, kesenangan, dan kebutuhan interaksi sosial, olahraga ini juga mempunyai potensi untuk meningkatkan kualitas jasmani bagi pelakunya. Menurut Mahendra, (dalam Suprayitno, 2014; 9) olahraga tradisional adalah bentuk kegiatan olahraga yang berkembang di masyarakat, pada perkembangan selanjutnya olahraga tradisional sering dijadikan sebagai jenis permainan yang memakai ciri kedaerahan asli serta disesuaikan dengan tradisi budaya setempat.

Olahraga dan permainan tradisional merupakan satu contoh dari ribuan permainan tradisional yang ada di Indonesia. Namun permainan-permainan tradisional tersebut kini semakin terkikis keberadaannya sedikit demi sedikit khususnya dikota-kota mungkin untuk anak-anak sekarang ini banyak banyak yang tidak mengenal permainan tradisional yang ada padahal permainan tradisional adalah permainan warisan nenek moyang rakyat Indonesia. Setiap daerah di Indonesia memiliki olahraga dan permainan tradisionalnya, namun tiap daerah biasanya tidak sama tidak seperti permainan jaman modern sekarang ini, seperti permainan teknologi yang rata-rata memiliki kesamaan seperti permainan *Game* yang ada di *Computer* maupun *Hanphone*.

Olahraga tradisinal adalah permainan- permainan rakyat yang hidup dalam suatu masyarakat yang telah mengakar, tumbuh dan berkembang secara turun-temurun diwariskan dari generasi ke generasi. Sulit diingkari bahwa permainan anak-anak tradisional Indonesia tampaknya menghadapi masa depan yang tidak begitu cerah. Kecendrungan yang tampak adalah bahwa berbagai bentuk permainan kini tidak dikenal oleh banyak anak-anak, karena sudah sangat jarang dimainkan. Hanya beberapa permainan tertentu yang masih banyak dimainkan (Sukirman Dharmamulya, dkk 2008: 206).

2. Eksistensi Olahraga dan permainan tradisional dalam Pendidikan

Olahraga tradisional yang berakar pada budaya bangsa harus menjadi kebanggaan sekaligus menjadi keaslian identitas bangsa. Oleh karena itu, pengembangan olahraga tradisional harus bersifat sistematis. Proses pendidikan merupakan salah satu cara yang efektif dalam membentuk kepribadian. Oleh karena itu, memasukan olahraga tradisional ke dalam kurikulum merupakan cara sistematis dalam transformasi sejak usia dini akan tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang tidak asing dengan hal tersebut. Setelah beranjak dewasa, mereka akan mentransfer informasi berkaitan dengan olahraga tradisional ke anak-anaknya. Artinya, sosialisasi olahraga tradisional dalam jangka panjang akan menjadi lebih mudah.

Akan tetapi, proses ini dirasakan sulit diterapkan pada sistem pendidikan di Indonesia yang belum stabil dan jauh dari ideal. Apalagi, olahraga tradisional tidak menjadi prioritas dalam pendidikan di Indonesia. Salah satu cara yang dapat ditempuh adalah mengubah persepsi tentang olahraga tradisional agar menjadi penting bagi pendidikan, kemudian memasukan olahraga tradisional menjadi mata ajaran tambahan atau menyisipkan dalam pelajaran pendidikan jasmani.

3. Eksistensi Olahraga dan Permainan Tradisional di Era Modern

Tidak dapat dipungkiri bahwa keberadaan permainan tradisional modern yang ada di pasar indonesia lebih menarik dari pada permainan

tradisional. Kondisi ini menyebabkan sebagian besar anak lebih suka bermain berbagai jenis permainan modern. Selain itu, sebagian besar orang tua juga lebih suka membelikan permainan modern bagi anaknya dari pada mengajarkan permainan tradisional. Padahal, permainan tradisional juga pernah dilakukan atau dimainkan oleh pada orang tua ketika berusia anak-anak ada bearagam alasan yang menyebabkan orang tua enggan untuk mengajarkan permainan tradisional. Tidak ada waktu karena sibuk bekerja atau menganggap permainan tradisional tidak sesuai perkembangan zaman merupakan alasan yang sering dikemukakan.

Manfaat olahraga dan permainan tradisional di era modern yaitu dibuat untuk menghilangkan rasa bosan. Namun, untuk permainan tradisional memiliki nilai lebih dri yang lainnya, seperti membangun rasa percaya diri, melatih konsentrasi dan ketangkasan anggota badan, menyamabung persahabatan, mengajari cara berkerja sama dengan orang lain, dan mengubh hal-hal sederhana menjadi hal yang menyenangkan, sangat tepat sebagai aktivitas permainan untuk anak-anak.

Tujuan olahraga dan permainan tradisional di era modern untuk membantu memperkenalkan nilai-nilai bangsa indonesia sedari dini, sehingga keunikan dan ciri khas yang dimiliki bangsa indonesia agar tidak hilang oleh arus globalisasi di era modern dan permainan tradisional perlu di tekankan karen sebagai media pembelajaran nilai budaya sosial suatu daerah. Cara mempertahankan olahraga dan permainan tradisonal di era modern adalah dengan selalu memainkan permainan-permainan tradisonal yang ada di daerah tersebut. Dan tidak lari lagi dari partisipasi pemerintah dalam mempertahankan olahraga dan permainan tradisional. Oleh karena itu, pemerintah dapat memasukan olahraga dan permainan tradisonal dalam mata pelajaran dalam dunia pendidikan.

Kelebihan permainan tradisional di era modern lebih mendorong anak untuk membaaur dengan alam sekitar, sehingga menajamkan sikap dan sifat kerja sama serta sinergi dengan teman-temannya. Sedangkan kekurang permainan tradisional di era modern lebih cenderung dengan permainan yang berkaitan dengan media elektronik baik handpone atau komputer, sehingga permainan tradisional yang berkaitan dengan kebugaran kurang di minati oleh masyarakat.

B. Olahraga dan Permainan Tradisional

1. Pengertian Olahraga dan Permainan Tradisional

Secara hafiah kata tradisional diartikan sebagai aksi atau tingkah laku alami akibat kebutuhan dari nenek moyang. Tradisional identik dengan kehidupan masyarakat suatu kaum atau suku bangsa tertentu. Oleh karena itu, ada rumah tradisional, dan olahraga tradisonal. Membicarakan olahraga tradisional mungkin tidak banyak orang yang mengetahuinya. Olahraga tradisonal merupakan aktivitas fisik yang dilakukan oleh sekelompok masyarakat tertentu. Akan tetapi, ada sebagian pihak yang tidak sependapat dengan sebutan olahraga tradisional. Pihak tersebut lebih memilih dengan istilah permainan tradisional. Salah satu jenis olahraga tradisional adalah atletik. Menurut Nevi Hardika (2022:64) Permainan Tradisional atau Olahraga masyarakat adalah olahraga yang dilakukan oleh masyarkat dengan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat untuk kesehatan, kebugaran dan kegembiraan. Para ahli beranggapan bahwa sejak manusia ada, gerakan lari, lompat, dan lempar telah dilakukan.

Olahraga tradisional yang berkembang ditengah kehidupan masyarakat berasal dari permainan rakyat. Permainan ini merupakan warisan nenek moyang yang harus dilestarikan oleh generasi berikutnya. Olahraga tradisional sering disebut dengan permainan tradisional. Peralatan yang digunakan untuk melakukan aktivitas ini

masih bersifat sederhana. Misalnya bambu, kayu, kulit pohon maupun barang-barang bekas. Selain itu, cara dan aturan yang berlaku tidak rumit dan sederhana. Artinya, untuk mempelajari dan melakukan aktivitas ini sangat mudah. Olahraga tradisional seharusnya terus digali, dikembangkan dan dilestarikan oleh generasi muda. Dengan begitu, olahraga tradisional dapat disejajarkan dengan olahraga modern di tengah kehidupan masyarakat.

2. Melestarikan Olahraga dan Permainan Tradisional

Melestarikan berasal dari kata “lestari” yang berarti tetap seperti keadaan semula. Dan mendapatkan imbuhan “me dan an” yang berarti proses, cara, perbuatan melestarikan, perlindungan dari kemusnahan atau kerusakan, pengawetan, konservasi. Konsep melestarikan bisa mengandung beberapa arti yaitu, dengan upayanya untuk mempertahankan, menjaga, seperti apa adanya, atau menampilkan dengan disesuaikan dengan kondisi dan situasi kehidupan masa kini, sehingga diperoleh bentuk tidak persis sama seperti aslinya tetapi tetap menjaga dan mempertahankan nilai-nilai yang ada, (Sukirman Dharmamulya, 2008).

Faktor eksternal yang menjadi penghambat dalam upaya pelestarian budaya tradisi tersebut adalah kurangnya sosialisasi dan mediasi baik itu dari pihak yang bertanggung jawab menggapai masalah tersebut maupun media dan masa sosial sebagai sarana public relations yang menjembatani informasi kepada masyarakat. Selain itu, peran masyarakat juga cukup penting untuk mengajarkan pada generasi muda agar memiliki keahlian untuk melestarikan budaya yang dimilikinya.

Olahraga dan permainan tradisional memiliki manfaat keterampilan untuk anak, yang diwujudkan dalam proses menentukan jenis permainan. Manfaat sosial, yaitu bergaul dengan banyak orang tanpa membedakan latar belakang, manfaat disiplin, yakni selalu mentaati aturan yang telah disepakati dan manfaat budi pekerti yang

saling menghormati yang lain memiliki kedudukan yang lebih tinggi, misalnya pemimpin permainan.

3. **Nilai-Nilai Yang Terkandung Dalam Olahraga dan Permainan Tradisional**

Olahraga dan permainan tradisional mulai terancam dengan hadirnya permainan modern. Padahal permainan tersebut merupakan warisan nenek moyang yang telah ada sejak dahulu. Semakin tenggelamnya permainan tradisional disebabkan munculnya permainan modern yang lebih menarik dan atraktif. Permainan tersebut merupakan produk asing yang berkembang di dalam negeri. Permainan rakyat sebenarnya mengandung nilai filosofis. Nilai filosofis tersebut diwujudkan dalam fungsinya sebagai media untuk menyampaikan pesan budaya kepada generasi berikutnya. Bahkan, seorang ahli cerita cerita menyatakan bahwa hakikat permainan rakyat meliputi unsur hiburan, menumbuhkan kreativitas, dan membentuk kepribadian. Sementara itu, ada tujuh nilai budaya yang berkembang dalam permainan tradisional antara lain:

a. Nilai Demokrasi

Olahraga tradisional mendorong para pelakunya untuk mengembangkan nilai demokrasi. Para pelaku harus mengikuti aturan yang telah disepakati sebelum permainan dimulai. Selain itu, mereka juga harus memahami segala sesuatu yang berkaitan dengan permainan yang akan dilakukan.

b. Nilai Pendidikan

Permainan tradisional dapat dijadikan sebagai media untuk memberikan pendidikan, baik jasmani dan rohani. Misalnya, membutuhkan sifat sosial, disiplin, etika moral, kejujuran, kemandirian, ketangkasan, dan percaya diri. Permainan yang dilakukan secara beregu dapat menumpuk kerja sama sehingga menghindari dari sifat egois. Adanya aturan permainan, anak-anak dapat menentukan pihak yang menang dan kalah. Kondisi ini

menuntut anak untuk bersikap disiplin guna mencapai sebuah kemenangan. Pada permainan juga terkandung unsur sopan-santun sehingga sifat liat dapat dihindari. Artinya, permainan rakyat juga dapat menumbuhkan sportivitas yang tinggi ketika lawan menderita kekalahan. Akhirnya, permainan rakyat dapat mengembangkan sifat kejujuran dan menjauhkan sikap curang.

c. Nilai Kepribadian

Permainan tradisional menghendaki para pelaku untuk saling berkomunikasi dan bertemu. Para pelaku akan termotivasi untuk mempelajari banyak hal sehingga dapat menimbulkan rasa percaya diri. Ketika dilihat secara seksama, setiap anak memiliki perilaku yang berbeda sesuai tingkat usia dan jenis kelamin. Setia tahap perkembangan anak akan diikuti dengan kegiatan bermain yang berlainan. Kegiatan bermain merupakan alat untuk mengembangkan dan mengungkapkan jati diri anak. Pembentukan karakter dapat terjadi di lingkungan sekolah dan masyarakat melalui permainan.

d. Nilai Keberanian

Pada permainan tradisional, setiap peserta dituntut memiliki sikap keberanian. Sikap ini dimaksudkan dalam keberanian mengambil keputusan dan memperhitungkan strategi tertentu sehingga dapat memenangkan permainan.

e. Nilai Kesehatan

Kegiatan bermain yang dilakukan anak-anak merupakan suatu kegiatan yang mengandung unsur berlari dan melompat sehingga menggerakkan otot tubuh. Tanpa disadari bahwa kegiatan tersebut membantu dalam menjaga kesehatan anak. Seorang anak yang sehat dapat dilihat dari kelincahan dalam gerakannya. Selain itu, emosi yang terpendam dalam jiwa dapat disalurkan melalui kegiatan bermain.

f. Nilai Persatuan

Masyarakat Indonesia pada dasarnya memiliki prinsip hidup selaras dengan sesama atau hidup selaras dengan sesama atau hidup bermasyarakat yang dilandasi saling pengertian. Prinsip ini, sebenarnya juga tercermin dalam beberapa jenis permainan rakyat. Oleh karena itu, masyarakat selalu mengutamakan kepentingan bersama dalam kepentingan pribadi dan golongan. Masyarakat beranggapan bahwa manusia ada bukan untuk dirinya, melainkan ada dalam rasa solidaritas bersama akan sulit tercapai. Hal inilah yang menunjukkan hakikat manusia dalam kehidupan.

Pada hakikatnya, manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan orang lain dalam hidupnya. Oleh karena itu, manusia berusaha untuk mementingkan kebersamaan dalam hidup. Permainan rakyat kobak sodor misalnya, dapat dikatakan sebagai permainan yang memerlukan kerja sama dalam mencapai kemenangan.

g. Nilai Moral

Nilai moral dalam permainan tradisional berkaitan dengan nilai filosofis dari permainan tersebut. Nilai filosofis permainan rakyat adalah membentuk kepribadian anak. Melalui kegiatan bermain, anak dapat memahami dan mengenal kultur atau budaya bangsanya. Selain itu, anak juga memahami pesan moral yang terkandung di dalam permainan tersebut. Adanya pesan moral diharapkan permainan rakyat dapat dikembangkan dan dilestarikan oleh generasi sekarang.

4. Jenis-jenis Olahraga dan Permainan Tradisional

Olahraga Tradisional atau sering disebut permainan tradisional telah berkembang sejak zaman nenek moyang. Olahraga ini berasal dari permainan rakyat yang dilestarikan secara turun-temurun. Setiap wilayah di Indonesia memiliki beragam olahraga tradisional. Akan tetapi, seiring perkembangan era global beragam olahraga terancam punah. Apabila dihitung, ada banyak jenis olahraga tradisional yang

terdapat di Indonesia yang berkembang ditengah kehidupan masyarakat. Beragam olahraga tradisional tersebut antara lain sebagai berikut:

a. Bola Bekel



Gambar 2.1 Permainan Bekel
Sumber : Ajun Khamdani 2010:14

1) Sejarah Permainan Bola Bekel

Bola bekel adalah permainan tradisional yang berasal dari Jawa Barat. Permainan bola bekel dikenal dengan nama “beklen” yang berarti “bekal”. Beklen atau bekel berasal dari bahasa Belanda yaitu “bikkelen”. Permainan ini biasanya dimainkan oleh anak perempuan. Namun tidak sedikit pula anak laki-laki yang memainkannya.

Bekel termasuk salah satu jenis olahraga atau permainan yang membutuhkan ketangkasan dan strategi. Permainan ini juga membutuhkan kejujuran pada diri pesertanya. Bekel dapat dimainkan oleh dua orang atau lebih. Perlengkapan yang dibutuhkan berupa bola bekel dan kuwuk. Kuwuk yang digunakan adalah sekitar empat buah. Permainan ini sebaiknya dimainkan dialas lantai terutama yang permukaannya keras dan rata.

2) Tujuan Permainan Bola Bekel

Permainan bekel membutuhkan konsentrasi dan ketangkasan tangan. Peserta melakukan suit untuk menentukan siapa yang memulai permainan paling awal. Peserta yang memperoleh giliran pertama akan melempar bola ke atas, kemudian kuwuk disebarkan kelantai. Setelah kuwuk tersebar, bola

yang telah memantul sekali ditangkap. Bola bekel dilemparkan kembali ke atas kemudian peserta mengambil kuwuk satu per satu hingga habis.

3) Manfaat Permainan Bola Bekel

Permainan bola bekel memang identik dengan anak perempuan, walaupun tak jarang anak laki-laki pun memainkannya. Permainan ini melatih kemampuan motorik halus anak. Anak memantulkan bola bekel kemudian ia harus mengambil biji bekel sesuai dengan tahapannya. Hal ini tentunya membutuhkan koordinasi yang baik antara mata dengan tangan. Untuk anak pemula, biasanya sulit untuk memainkan bola bekel. Namun, ketika ia terus berlatih bersama-sama temannya setelah pulang sekolah atau hari libur, sedikit demi sedikit anak tersebut tersebut mulai menguasainya.

4) Sasaran Permainan Bola Bekel

Sasaran permainan bola bekel adalah anak-anak perempuan dan tidak jarang anak laki-laki ikut memainkan permainan ini.

5) Peraturan dan permainan Bola Bekel

Permainan bola bekel adalah tipe permainan kompetisi. Permainan secara bergiliran memainkannya. Jumlah pemain satu orang atau lebih dan bersifat perorangan. Jika jumlah pemain lebih dari dua orang, maka untuk menentukan orang pertama yang memainkan dengan cara hompipa. Jika jumlah anak hanya dua, maka dilakukan dengan suten.

Dibutuhkan teknik dan strategi yang jitu dalam memainkan permainan ini. Jika biji bekel tidak terambil, bola tidak tertangkap, atau menyentuh biji bekel yang belum waktunya diambil, maka dinyatakan “selesai” dan permainan dilanjutkan oleh pemain berikutnya. Peraturan yang berlaku pada tahap kedua

dan ketiga sama seperti aturan tahap sebelumnya, mulai dari pengambilan satu biji sampai dengan seluruh biji.

6) Lapangan dan Peralatan

Tidak perlu lapangan dalam permainan bola bekel, permainan ini dapat dilakukan didalam rumah atau teras rumah. Peralatan yang digunakan bola karet dan beberapa biji bekel. Bola bekel berbentuk bulat dengan diameter 2-6 cm dengan jumlah biji bekel biasanya 10-12 biji.

7) Pemain Permainan Bola Bekel

Permainan ini bisa dilakukan seorang anak. Namun, supaya lebih menarik biasanya diikuti oleh 2-5 orang anak atau lebih sesuai dengan kesepakatan.

8) Jalannya permainan

Untuk memainkan bola bekel sangat mudah. Bola karet dilambungkan kemudian diikuti dengan menaburkan biji bekel. Sewaktu bola melambung ke atas, anak mengambil biji bekel yang terdesak. Ia akan meraup jumlah biji sesuai dengan tingkatannya. Permainan bola bekel dilakukan secara bertingkat. Dimulai dengan pengambilan biji bekel satu-satu yang disebut mihiji kemudian midua (mengambil bola bekel dua-dua dan seterusnya hingga pengambilan semua biji bekel sekaligus).

b. Congklak



Gambar 2.2 Permainan Congklak
Sumber : Ajun Khamdani 2010 :17

1) Sejarah Permainan Congklak

Congklak adalah suatu permainan tradisional yang sudah ada sejak zaman nenek moyang. Congklak berkembang hampir

diseluruh Indonesia. Tidak mengherankan jika permainan ini lebih dikenal dengan nama congklak, dalkon, dhakon, atau dhakonan. Congklak dimainkan oleh dua orang. Para pemain menggunakan papan congklak di sertai biji congklak sejumlah 98 (14x7) buah. Papan congklak terbuat dari kayu atau plastik, sementara bijinya terbuat dari cangkang kerang, biji-bijian, batubatuan, kelereng, atau plastik. Pada papan terbuat dari 16 lubang yang meliputi 14 lubang kecil yang berhadapan dan dua lubang besar di kedua ujung papan.

2) Tujuan Permainan Congklak

Bermain congklak dapat melatih anak-anak pandai dalam berhitung. Selain itu, anak yang bermain congklak harus pandai membuat strategi agar bisa memenangkan permainan.

3) Manfaat Permainan congklak

Permainan congklak bisa melatih kemampuan motorik halus anak. Saat memegang dan memainkan biji congklak, yang paling berperan adalah motorik halus anak yaitu jari jemari. Bagi anak yang kemampuan motorik halusnya tidak terlalu baik, maka ia tidak dapat menjalankan permainan tersebut dengan cepat dan mungkin saja biji-biji congklak tersebut akan tersebar dan terlepas dari genggamannya. Berbeda dengan anak-anak yang sudah bisa mengkoordinasikan jari-jarinya dengan baik, maka ia akan bisa memainkan permainan ini dengan cepat.

4) Sasaran Permainan Congklak

Sasaran permainan congklak adalah anak-anak baik laki-laki ataupun perempuan.

5) Peraturan dan Permainan Congklak

Permainan congklak diawali dengan mengisi setiap lubang kecil dengan tujuh buah biji. Kedua pemain saling berhadapan, salah seorang pemain memilih lubang yang akan diambil bijinya. Kemudian, meletakkan satu biji congklak dilubang sebelahnya.

Begitu seterusnya hingga biji congklak dalam genggamannya habis. Apabila biji di dalam genggamannya habis dilubang besar miliknya, ia dapat melanjutkan dengan memilih lubang kecil disisinya. Apabila biji di dalam genggamannya habis di lubang kecil disisinya, ia harus berhenti dan mengambil seluruh biji congklak disisi yang berhadapan. Akan tetapi, jika berhenti dilubang kosong di sisi lawan, pemain berhenti dan tidak memperoleh apa-apa.

6) Lapangan dan Peralatan Permainan Congklak

Permainan congklak tidak membutuhkan tempat bermain yang luas, karena memang tidak membutuhkan aktivitas fisik. Permainan ini biasanya dilakukan oleh anak-anak di dalam rumah atau teras rumah. Alat yang digunakan dalam permainan ini adalah papan congklak dan biji congklak, seperti kerang-kerangan, batu, kelereng dan sebagainya.

7) Pemain Permainan Congklak

Jumlah pemain congklak adalah dua orang.

8) Lama Permainan Congklak

Permainan congklak dianggap selesai jika sudah tidak ada lagi biji di lubang kecil yang diambil. Artinya, seluruh biji congklak berada di kedua lubang besar.

9) Pemenang Permainan congklak

Penentuan pemenang dilakukan dengan menghitung biji congklak terbanyak dinyatakan sebagai pemenang. Permainan ini merupakan sarana untuk mengatur strategi dan kecermatan.

c. Egrang



Gambar 2.3 Permainan egrang
Sumber : Ajun Khamdani 2010:24

1) Sejarah Permainan Egrang

Egrang adalah permainan tradisional asli Indonesia yang belum di ketahui secara pasti dari mana asalnya, tetapi dapat di jumpai diberbagai daerah dengan nama berbeda-beda. Di Sumatra Barat, permainan ini dikenal dengan nama tengak-tengak dari kata tengak (pincang). Dalam bahasa Bengkulu permainan ini disebut ingkau yang berarti sepatu bambu. Di Jawa Tengah, permainan ini dikenal dengan nama jangkauan yang berasal dari nama burung berkaki panjang. Sementara itu, dalam bahasa Banjar di Kalimantan Selatan permainan ini disebut batungkau. Egrang sendiri bersal dari bahasa Lampung yang berarti terompah pancung yang terbuat dari bambu bulat panjang.

Egrang merupakan sebuah permainan yang memanfaatkan galah atau tongkat untuk berdiri dan berjalan di atas permukaan alas. Egrang telah berkembang selama ratusan tahun yang lampau. Permainan ini mengandalkan pemain lebih tinggi dari tinggi manusia ketika berdiri. Bahan yang biasa dipakai sebagai egrang adalah bambu dan kayu. Tongkat egrang biasanya dilengkapi dengan tangga sebagai tempat berdiri atau tali pengikat. Tempat ini bertujuan untuk meletakkan kaki selama berjalan dengan egrang.

2) Tujuan Permainan Egrang

Permainan ini menuntut unsur ketangkasan, kreativitas, dan keseimbangan.

3) Manfaat Permainan Egrang

Permainan ini mengajarkan anak untuk anak belajar ulet dan pantang menyerah. Menaiki egrang dan menjalankannya tidak semudah yang dibayangkan. Apalagi anak harus belajar menyeimbangkan tubuh yang bertumpu pada kayu, jelas adalah hal yang sulit. Anak belajar sesuatu yang sulit, jika terus belajar, berlatih, ulet, dan pantang menyerah, maka pada akhirnya ia bisa.

4) Peraturan dan Permainan Egrang

Apabila bermain egrang bertujuan untuk mengadu kecepatan, maka diawali dengan tiga anak atau lebih dari garis start. Jika sudah ada aba-aba mulai maka para pemain akan berlari dengan menggunakan egrang tersebut.

5) Lapangan dan Peralatan Permainan Egrang

Bermain egrang harus ditempatkan yang luas, seperti lapangan dan halaman rumah. Untuk keamanan dalam bermain, usahakan halaman atau lapangan tersebut tidak ada berbatuan. Alat yang digunakan dalam permainan ini adalah egrang yang terbuat dari bambu atau kayu.

6) Pemain Permainan Egrang

Ketika bermain egrang, tidak ada aturan baku dalam hal jumlah pemain. Namun, apabila diadakan lomba kecepatan, diusahakan jangan terlalu banyak, sekitar 5-7 orang.

7) Jalannya Permainan

Menyiapkan egrang, kemudian menegakkan egrang dan sedikit condong ke depan. Posisikan egrang tidak sejajar, salah satu kaki egrang harus didepan dan satunya dibelakang. Mulai menginjakkan kaki salah satu kaki pada pijakan egrang diikuti kaki satunya dan mulailah berjalan di tempat dan jangan berhenti jika tidak yakin pada posisi seimbang. Jika merasa akan terjatuh, tujukkan kaki di antara egrang.

8) Pemenang permainan egrang

Pemain yang lebih dulu sampai ka garis finish maka itulah yang dijadikan sebagai pemenangnya.

d. Galasin (Gobak Sodor)



Gambar 2.4 Permainan Galasin
Sumber : Ajun Khamdani 2010:29

1) Sejarah Permainan Galasin (Gobak Sodor)

Galasin atau gobak sodor juga di sebut dengan galah asin. Galasin merupakan salah satu jenis permainan daerah Indonesia. Permainan ini dilakukan oleh dua regu yang tiap-tiap regu terdiri atas enam orang atau lebih. Satu regu berperan sebagai penjaga, sementara regu lainnya berperan sebagai regu lawan. Bagaimana cara melakukan permainan galasin? Sebenarnya, inti permainan galasin adalah menghadang atau melakukan penjagaan terhadap lawan. Hal ini dilakukan agar lawan tidak dapat melewati garis hingga baris terakhir secara bolak-balik.

2) Manfaat Permainan Galasin

Manfaat yang dapat diambil dalam permainan galasin atau gobak sodor, selain mengajarkan kebersamaan, juga dapat belajar bekerja sama yang kompak antara satu penjaga dan penjaga yang lain agar lawan tidak lepas kendali untuk keluar dari kungkungan. Permainan ini sangat menarik, seru, dan juga menyenangkan. Namun untuk bisa memenangkan permainan ini tentu tidaklah mudah, karena setiap orang harus selalu berjaga dan berlari secepat mungkin. Untuk itu diperlukan ketangkasan, strategi, kecepatan, serta kecerdikan.

Dipihak lain sebagai penerobos yang piawai, di sana masih banyak pintu-pintu yang terbuka apalagi satu celah dirasa telah tertutup. Jangan putus asa apabila dirasa ada pintu satu yang dijaga, karena masih ada pintu lain yang siap menerima kedatangan, yang penting adalah mau mau berusaha dan bertindak segera.

3) Sasaran Permainan Galasin

Gobak sodor biasanya dimainkan oleh anak laki-laki, karena permainan ini menguras tenaga. Namun, kadang-kadang anak perempuan juga memainkannya asalkan kedua tim harus mempunyai komposisi pemain yang seimbang. Permainan gobak

sodor juga biasanya banyak dimainkan orang dewasa kalau ada pertandingan tertentu.

4) Peraturan dan Permainan Galasin

Permainan ini biasa dimainkan dilapangan dengan garis batas menggunakan kapur. Lapangan berbentuk segi empat dengan ukuran 9x4 m dan dibagi menjadi enam bagian. Anggota regu yang berperan sebagai penjaga melakukan penjagaan secara horizontal dan vertikal. Selama berlangsungnya permainan, salah satu kaki penjaga harus menginjak garis batas jaga. Dengan demikian, penjaga tidak dapat bergerak bebas dalam menghalangi lawan.

Anggota regu yang bertugas menjaga garis batas horizontal akan melakukan penghadangan terhadap lawan yang berusaha melewati garis batas tersebut. Sementara itu, anggota regu yang bertugas menjaga garis batas vertikal (umumnya hanya satu orang) memiliki akses untuk menjaga garis batas vertikal di tengah lapangan. Bagaimana jika seorang pemain regu yang menyerang tersentuh oleh penjaga? Pemain tersebut dinyatakan gugur dan keluar dari arena permainan.

5) Lapangan dan Peralatan Permainan Galasin

Permainan ini cocok dimainkan ditempat yang luas, seperti lapangan dan halaman rumah. Gobak sodor biasanya dimainkan dilapangan bulu tangkis adengan acuan gatis-garis yang ada, atau bisa juga dengan menggunakan lapangan setempat dengan ukuran 9x4 m yang dibagi menjadi enam bagian. Garis batas dari setiap bagian diberi tanda dengan kapur tulis. Dalam permainan gobak sodor, tidak menggunakan alat khusus yang digunakan, anak-anak hanya menggambarkan garis dengan kapur atau yang lainnya, untuk membuat acuan garis dalam permainan.

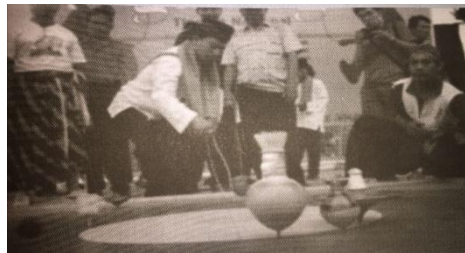
6) Pemain Permainan Galasin

Jumlah pemain harus genap, antara 6-10 orang anak. Kemudian dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok jaga dan kelompok serang. Jadi, setiap kelompok beranggotakan 3-5 orang anak.

7) Pemenang Permainan Galasin

Regu yang dinyatakan sebagai pemenang adalah regu yang anggotanya secara lengkap dapat melakukan proses bolak-balik dalam area lapangan yang telah ditentukan. Kemenangan akan diperoleh regu yang dapat menangkap semua anggota regu yang menyebrang. Sementara itu, regu yang seluruh anggotanya mampu melewati garis batas penjagaan juga memperoleh nilai kemenangan.

e. Gasing



Gambar 2.5 Permainan Gasing
Sumber : Ajun Khamdani 2010:31

1) Sejarah Permainan Gasing

Gasing merupakan salah satu cikal bakal olahraga tradisional Nusantara, walaupun penyebaran tidak diketahui secara pasti. Permainan gasing telah berkembang di wilayah Pulau Tujuh (Natuna), Kepulauan Riau, sebelum penjajahan Belanda. Sementara itu, di Sulawesi Utara gasingmulai berkembang sejak tahun 1930-an. Hingga saat ini, permainan gasing masih berkembang dan secara rutin diselenggarakan kompetisigasing. Pada beberapa daerah, gasing memiliki istilah penyebutan yang berbeda-beda. Masyarakat Jawa barat dan DKI Jakarta menyebutnya gangsing atau pangal.

Masyarakat Lampung menyebutnya pukang, masyarakat Kalimantan Timur menyebutnya bergasing, masyarakat Maluku menyebutnya apiong, dan masyarakat Nusa Tenggara Barat di namai mangasing. Hanya masyarakat Jambi, Bengkulu, Sumatra Barat, Tanjungpinang, dan Kepulauan Riau yang menyebutnya gasing. Nama mangasing atau anggasing juga dikenal masyarakat Bugis di Sulawesi Selatan. Masyarakat Bolaang Mangondow, Sulawesi Utara mengenal gasing dengan Paki. Orang Jawa Timur menyebut gasing dengan nama berbeda. Jika terbuat dari bambu disebut gangsingan, sementara jika terbuat dari kayu dinamai pathon.

2) Manfaat Permainan Gasing

Gasing melatih kemampuan motorik halus anak, yakni dengan aktivitas mengaitkan tali kekaki gasing, memutar gasing dengan otot tangan yang kuat, dan sebagainya. Anak juga berlatih konsentrasi. Untuk membeturkan gasingnya dengan gasing teman, anak belajar konsentrasi dan ketepatan. Anak juga berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman-temannya melalui permainan ini.

Secara filosofis, permainan ini memberikan pelajaran kepada kita untuk menyadari adanya “perputaran nasib”. Pemain diajari harus siap dengan resiko permainan yang bisa saja turun atau naik tingkatan. Bagi mereka yang berada pada posisi te bawah jangan putus asa karena ada kesempatan untuk naik tingkat. Tentunya, dengan upaya dan kerja keras. Bagi mereka yang berada di urutan tengah harus siap untuk kemungkinan naik atau turun posisi. Dan bagi yang berada di puncak urutan tertinggi harus siap apabila sewaktu-waktu harus turun dan menyerahkan jabatan kepada orang lain.

3) Lapangan dan Peralatan Permainan Gasing

Untuk melakukan permainan gasing, membutuhkan arena yang cukup luas. Usahakan jangan dekat dengan rumah, karena

gasing diluar kendali anak, bisa jadi akan membentur cermin, kursi, atau apapun. Alat yang digunakan dalam permainan ini adalah gasing dan tali. Tali digunakan sebagai alat untuk memutarakan gasing.

4) Pemain Permainan Gasing

Tidak ada aturan baku dalam menentukan jumlah permainan. Biasanya terdiri atas 3-6 orang, atau lebih sesuai dengan kesepakatan bersama.

5) Pemenang Permainan Gasing

Gasing yang dilempar akan berputar untuk beberapa saat hingga interaksi kakinya dengan tanah membuatnya tegak baru berputar untuk beberapa waktu. Lama-lama putaran semakin memelan dan momentum sudut dan efek giroskopik berkurang, hingga akhirnya badan gasing jatuh kepermukaan tanah. Pemenangnya adalah anak gasing yang berputarnya paling lama bertahan dan paling terakhir jatuh kepermukaan tanah.

f. Kasti



Gambar 2.6 Permainan Kasti
Sumber : Ajun Khamdani 2010:44

1) Sejarah Permainan Kasti

Kasti merupakan olahraga masyarakat yang dilakukan pada waktu senggang atau luang, terutama oleh murid sekolah. Olahraga ini termasuk cabang olahraga tradisional yang digemari kalangan remaja. Pada permainan ini, pelakudapat meningkatkan ketangkasan dan kekompakan. Melalui permainan kasti dapat terjalin hubungan persahabatan dan kerja sama yang baik.

2) Tujuan Permainan Kasti

Permainan kasti bertujuan untuk melatih ketangkasan dalam menfokuskan pandangan terhadap bola yang dilempar oleh lawan bermain dan memukul dengan tepat mengenai sasaran dan memukul bola sekuat tenaga hingga bola melambung jauh.

3) Manfaat Permainan Kasti

Permainan kasti melatih kemampuan kemampuan fisik motorik anak. Berlari, melompat, melempar bola, menangkap bola, memukul bola, menghindari dari lemparan bola lawan, dan sebagainya. Anak juga dilatih untuk berkerja sama dalam tim. Mereka harus berkerja sama dalam menyusun strategi untuk tujuan masing-masing kelompok. Anak-anak juga berlatih untuk berkomunikasi dan bersosialisasi dengan teman sebayanya. Mereka dituntut untuk mematuhi aturan dan bersikap sportif dengan hasil akhir permainan.

4) Peraturan dan Permainan Kasti

Kasti merupakan sejenis olahraga bola seperti halnya olahraga softball atau baseball. Permainan yang dilakukan 2 kelompok ini menggunakan bola tenis sebagai alat untuk menembak lawan. Kedua kelompok bersuten terlebih dahulu untuk menjadi tim pemukul atau tim penjaga. Dalam permainan ini ada dua titik yang dituju. Titik dekat dan jauh.

Pemukul pertama akan memukul bola dengan tongkat yang terbuat dari kayu. Jika bola terlempar jauh, bisa langsung menuju titik kedua. Pemukul selanjutnya juga melakukan hal yang sama. Ketika pemukul kedua berlari ke titik satu atau dua, pemukul pertama berlari kembali ke kandang sehingga mengecoh tim penjaga. Kesempatan memukul bola sebanyak tiga kali, atau sesuai kesepakatan. Jika pukulan pertama tidak dapat dilakukan, maka lanjut kedua dan seterusnya. Kedua tim akan bergantian menjadi pemukul dan penjaga jika pelari terkena bola.

5) Lapangan dan Peralatan Permainan Kasti

Permainan ini membutuhkan tempat yang luas dan lapang, seperti lapangan bola. Alat yang digunakan dalam permainan ini adalah bola, biasanya bola tenis dan pemukul yang terbuat dari kayu.

6) Pemain Permainan Kasti

Pemain ini terbagi kedalam 2 kelompok, masing-masing kelompok berjumlah 5 orang atau lebih, berdasarkan keputusan bersama.

7) Jalannya Permainan Kasti

Permainan kasti menggunakan alat berupa bola kecil dan kayu pemukul dengan panjang kurang lebih 60 cm. Permainan ini terdiri atas dua regu, satu regu sebagai pemukul dan satu regu sebagai penjaga. Permainan diawali ketika bola dilempar oleh salah seorang regu penjaga agar dipukul oleh regu yang satunya. Setiap regu terdiri atas dua belas orang dan saling memukul secara bergantian. Lapangan permainan diberi garis batas pemukul dan garis masuk bagi pemain. Pemain dan pemukul setelah melakukan pukulan bola berlari melewati pos 1 dan pos 2.

8) Pemenang Permainan Kasti

Pemain ini harus kembali ke tempat semula dengan melewati pemain lawan yang siap menghadang. Apabila pemain lolos dari hadangan lawan, regunya akan memperoleh poin 1 dan dinyatakan sebagai pemenang.

g. Kelereng



Gambar 2.7 Bermain Kelereng
Sumber : Ajun Khamdani 2010:45

1) Sejarah Permainan Kelereng

kelereng merupakan mainan yang berbentuk bulat bening berukuran besar, sedang dan kecil. Kelereng dapat berwarna putih susu atau bening dengan warna-warni di dalamnya. Bentuk kelereng yang sering digunakan sebagai aduan adalah yang berukuran sedang. Kelereng juga biasa disebut dengan gandu.

2) Manfaat Permainan Kelereng

Bermain kelereng dapat melatih kemampuan motorik halus anak. Kemampuan jari dalam permainan kelereng sangatlah penting, terutama untuk mengatur kekuatan dan kecepatan kelereng. Selain itu, permainan ini juga melatih anak untuk belajar fokus. Jika tidak fokus, maka ia tidak akan menggerakkan kelereng sesuai dengan yang diinginkan. Kemampuan bahasa juga sangat penting dalam permainan ini. Masalah antar anak dapat terjadi, misalnya apakah kelereng itu sudah keluar lingkaran atau belum, ada anak yang tidak mengetahui aturan, meminjamkan kelereng kepada teman yang kehabisan kelereng, dan lainnya.

Oleh karena itu, dalam bermain kelereng, anak akan belajar mengkomunikasikan apa yang ia rasakan, belajar memahami maksud dan tujuan teman sebayanya, belajar menyelesaikan permasalahan untuk melanjutkan permainan dan sebagainya. Interaksi sesuai dengan teman-teman yang lain pun sangat baik. Biasanya, tidak hanya anak-anak yang bermain saja yang berkumpul di halaman atau lapangan, tetapi ada juga anak yang hanya sebatas nonton aksi teman-temannya.

3) Peraturan dan Permainan Kelereng

Kelereng di tembakan dengan cara disentil. Aturan mainnya adalah pemain membuat kotak atau lingkaran dengan kapur. Jika area bertanah dapat menggreskan dengan lidi. Semua pemain meletakkan kelereng taruhannya didalam kotak atau lingkaran tersebut. Para pemain berada digaris start yang berjarak sekitar

lima langkah dari kotak tersebut. Pemain yang kelerengnya paling dekat dengan kotak akan membidik lebih awal. jangan sampai kelereng jagoannya masuk kekotak karena di anggap mati. Akibatnya, pemain tidak boleh melanjutkan permainan.

4) Lapangan dan Peralatan Kelereng

Permainan kelereng sangat cocok dimainkan di halaman rumah yang mempunyai tekstur tanah rata. Kelereng atau alat pendukung dalam permainan. Permainan kelereng mempunyai jenis atau gaya bermain yang variatif.

5) Pemain Permainan Kelereng

Tidak ada aturan yang baku dalam menentukan pemain dalam permainan kelereng.

6) Pemenang Permainan Kelereng

Kelereng yang berhasil dikeluarkan dapat di ambil dan menjadi hak pembidik. Pemain dapat membidik kelereng jagoan lawan, lawan di anggap mati. Selain itu, kelereng hasil bidikan lawan juga menjadi miliknya. Pemain yang memperoleh hasil bidikan terbanyak dinyatakan sebagai pemenang. Permainan kelereng cukup umum diseluruh wilayah Indonesia.

h. Kucing dan Tikus



Gambar 2.8 Permainan Kucing dan Tikus
Sumber : Ajun Khamdani 2010:47

1) Sejarah Permainan Kucing dan Tikus

Permainan kucing dan tikus menumbuhkan kemahiran dalam berkomunikasi dan bekerja sama. Permainan ini bertujuan menjalin komunikasi dan kepercayaan antar teman. Permainan ini

biasa dilakukan oleh enam orang atau lebih. Permainan berawal dengan membagi peserta menjadi dua kelompok. Setiap kelompok terdiri atas 6-10 anak. Setiap kelompok membuat lingkaran besar dengan berpegang tangan. Dua orang anak dalam kelompok berbeda menjadi kucing dan tikus. Setiap kelompok menjaga tikus agar tidak tertangkap oleh kucing. Apabila tikus tertangkap kucing, permainan dilanjutkan dengan anak yang berbeda.

2) Tujuan Permainan Kucing dan tikus

Untuk mengatur strategi untuk memenangkan permainan. Permainan ini juga mengajarkan anak untuk berperilaku sportif, menerima kekalahan dengan lapang dada.

3) Manfaat Permainan Kucing dan tikus

Permainan ini melatih keterampilan fisik motorik anak. Anak berlari, bermain kejar-kejaran, terkadang melompat dan sebagainya. Anak-anak juga dilatih untuk memecahkan masalah. Misalnya saat kucing masuk kedalam lingkaran dan menyentuh tikus, begitu juga sebaliknya. Tikus senantiasa berpikir cara untuk melarikan diri dari kejaran kucing, sementara kucing berpikir cara menangkap tikus.

4) Peraturan dan Permainan Kucing dan Tikus

Permainan kucing dan tikus mempunyai aturan yang sederhana. Permainan ini biasa dimainkan anak-anak ketika waktu luang, waktu istirahat, atau setelah pulang sekolah di halaman atau lapangan. Kelompok atau beberapa anak membuat sebuah lingkaran besar dan saling bergandengan tangan membentuk lingkaran ke dalam. Dua anak bertindak sebagai pemain, satu anak sebagai kucing dan satu lainnya bertindak sebagai tikus.

5) Lapangan dan Peralatan Permainan Kucing dan Tikus

Permainan kucing dan tikus membutuhkan tempat yang lumayan luas, sangat cocok dimainkan di halaman atau lapangan. Tidak ada alat yang digunakan dalam permainan kucing dan tikus.

6) Pemain permainan Kucing dan tikus

Jumlah pemain dalam permainan kucing dan tikus relatif banyak. Dua orang menjadi aktor, satu orang bertindak sebagai kucing, dan satu orang lagi bertindak sebagai tikus. Sedangkan teman-temannya yang lain membentuk sebuah lingkaran, yang berfungsi sebagai penghalang kucing untuk menangkap tikus.

7) Jalannya Permainan Kucing dan tikus

Cara bermain adalah kucing berusaha mengejar tikus dan tikus berusaha menghindari dari kejaran kucing. Lingkaran membantu tikus dengan cara menghalangi kejaran kucing dengan cara tidak boleh masuk ke lingkaran, baik saat mau ke dalam atau mau keluar.

i. Lari Karung



Gambar 2.9 Lari Karung
Sumber : Ajun Khamdani 2010:46

1) Sejarah Permainan Lari Karung

Permainan lari karung biasa dimainkan ketika perayaan hari kemerdekaan Indonesia. Permainan ini bermanfaat untuk mengembangkan keseimbangan dan menguatkan otot. Lari karung merupakan permainan menggunakan karung untuk melompat dan berlari secara cepat. Permainan dapat dilakukan secara berkelompok. Setiap kelompok terdiri atas 2-4 orang.

Untuk memudahkan dalam melakukan permainan lari karung, sebaiknya dibuatkan lintasan.

2) Tujuan Permainan Lari Karung

Tujuan dari permainan lari karung adalah untuk melatih ke seimbangan karena kita tidak berjalan menggunakan dua kaki melainkan dengan cara melompat dengan posisi kaki berada didalam karung. Kita juga harus menjaga ke seimbangan badan sampai menuju garis finish.

3) Manfaat Permainan Lari Karung

Kerja keras yang diperlukan setiap peserta untuk berjuang dari garis start hingga garis finish. Nilai sportivitas juga dibentuk anak dan kelompok harus dengan lapang dada menerima apapun hasil pertandingan. Selain itu, kerja sama antaranak sangat terlihat pada permainan balap karung yang dilakukan secara estafet. Setiap anggota tim harus kompak dan berusaha setiap tenaga agar menang. Mereka akan belajar berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman sebayanya.

4) Peraturan dan Permainan Lari Karung

Setiap kelompok diberi karung. Kelompok dapat menentukan sendiri urutan pemain yang akan berada lari karung. Ketika aba-aba permainan dimulai, pelari pertama segera menggunakan karung dan berlari melompat menuju ujung lintasan. Setelah sampai di ujung lintasan, pelari kembali ke garis awal. pelari kedua mengambil alih tugas pelari pertama. Kemudian, berlari menuju ujung lintasan dan kembali ke garis awal. kelompok yang pertama kali menyelesaikan tugasnya dinyatakan sebagai pemenang.

5) Lapangan dan Peralatan Permainan Lari Karung

Permainan lari karung dimainkan di alam terbuka, seperti halaman rumah atau lapangan bola. Alat yang digunakan dalam permainan lari karung adalah karung atau kandi.

6) Pemain Permainan Lari Karung

Pemain lari karung bisa dimainkan secara individu ataupun berkelompok.

7) Pemenang Permainan Lari Karung

Pemenang dalam permainan lari karung adalah orang yang duluan sampai di garis finish permainan.

j. Panjat Pinang



Gambar 2.10 Panjat Pinang
Sumber : Ajun Khamdani 2010:61

1) Sejarah Panjat Pinang

Permainan panjat pinang adalah salah satu lomba tradisional yang sangat populer pada saat perayaan hari kemerdekaan Indonesia. Di Indonesia permainan panjat pinang sudah menjadi permainan tradisional yang sangat legendaris dan masih sangat populer sampai saat ini. Permainan panjat pinang menjadi permainan yang ditunggu peserta saat perayaan kemerdekaan Indonesia.

2) Tujuan Permainan Panjat Pinang

Permainan panjat pinang tidak mengandalkan individu melainkan kerja sama tim saling bergantian dan saling menyokong teman satu kelompok agar bersama-sama dapat mencapai puncak dan mendapatkan hadiah.

3) Manfaat Permainan Panjat Pinang

Panjat pinang melatih tubuh para peserta. Otot bahu, kaki, dan tangan mereka akan terlatih. Para peserta juga dipaksa

menyusun strategi jitu agar bisa mencapai puncak. Selain itu, panjat pinang juga memiliki makna sangat dalam. Kesusahan mencapai titik tertinggi pada panjat pinang merupakan bukti bahwa tidak ada jalan mudah untuk mendapatkan keinginan.

4) Peraturan dan Permainan Panjat Pinang

Pada permainan panjat pinang biasanya melakukannya secara bergantian untuk menaiki pohon pinang permasing-masing kelompok. Permainan panjat pinang juga permainan yang sangat sulit karena harus menaiki pohon yang telah dikasi pelumas sebagai pelicin tiang pinang.

5) Lapangan dan Peralatan Permainan Panjat Pinang

Lapangan permainan panjat pinang biasanya di lapangan yang luas karena banyak orang yang menyaksikan perlombaan ini. Alat yang digunakan dalam permainan panjat pinang adalah pelumas, pohon pinang bambu dan rotan.

6) Pemain

Pemain panjat pinang biasanya terdiri dari 4 orang atau lebih setiap kelompoknya. Dan bergantian untuk menaiki pohon pinang per masing-masing kelompok.

7) Lama Permainan Panjat Pinang

Lama permainan panjat pinang permasing-masing kelompok adalah 5 menit.

8) Pemenang Permainan Panjat Pinang

Pemenang dalam permainan ini adalah kelompok yang bisa mencapai ujung tiang dan menaiki puncak atas dan mengambil bendera itu yang dianggap sebagai pemenang permainan ini.

k. Tarik Tambang



Gambar 2.11 Tarik Tambang
Sumber : Ajun Khamdani 2010:82

1) Sejarah Tarik Tambang

Tarik tambang pada zaman dahulu digunakan untuk melawan Belanda. Saat itu masyarakat pribumi Indonesia dipaksa kerja berat, salah satunya menggunakan tali tambang kerika menarik suatu benda seperti batu, pasir, dan benda-benda berat lainnya. Para pekerja yang sedang menarik tali tambang sebagai bahan bercanda, akhirnya menjadikan hal tersebut sebagai salah satu perlombaan.

2) Tujuan Tarik Tambang

Sebagai pengingat bagi kita untuk bekerja keras karena permainan ini sangat mengutamakan kekompakan dan kekuatan diri untuk dapat menarik sekuat-kuatnya agar bisa menang dalam sebuah perlombaan.

3) Manfaat Tarik Tambang

Permainan ini melatih kita untuk kompak dan percaya dengan teman satu kelompok dan melatih kesabaran karena permainan ini sangat membutuhkan tenaga yang kuat untuk menarik lawan kelompok dan kekuatan bertahan ketika kelompok lawan menarik.

4) Peraturan dan Permainan Tarik Tambang

Tarik tambang merupakan salah satu permainan yang membutuhkan keseimbangan, kekuatan, dan kelenturan tubuh. Permainan ini berupa kegiatan tarik-menarik antar kelompok dengan seutas tali. Setiap kelompok terdiri atas tujuh orang atau

lebih. Untuk memulai permainan ini, ada satu orang yang bertindak sebagai wasit atau juru. Wasit berada di tengah-tengah arena dengan memegang tali. Setiap kelompok berada di area masing-masing dengan memegang tali tersebut. Ketika kelompok telah siap melakukan tarik-menarik, wasit akan memberikan tanda permainan dimulai. Kelompok berusaha untuk memegangkan permainan dengan menarik sekuat tenaga. Kelompok yang ikut tertarik oleh kelompok lawan dinyatakan kalah. Permainan ini membutuhkan kekompakan antar peserta dalam satu kelompok.

5) Lapangan dan Peralatan Tarik Tambang

Lapangan yang digunakan dalam perlombaan tarik tambang adalah lapangan yang lumayan luas. Dan alat yang digunakan adalah tali tambang dan pita sebagai penanda area tim.

6) Pemain Tarik Tambang

Pemain perlombaan tarik tambang adalah anak-anak dari masing-masing tingkatan sekolah baik SD, SMP, SMA dan orang dewasa.

7) Lama Permainan Tarik Tambang

Lama perlombaan tarik tambang adalah tergantung dari tim yang memenangkan sebuah perlombaan.

8) Pemenang Tarik Tambang

Pemenang perlombaan tarik tambang adalah kelompok yang memenangkan permainan dan berhasil menarik kelompok lawan menuju area kelompok kita.

1. Ular Naga



Gambar 2.12 Ular Naga

Sumber : Ajun Khamdani 2010:86

1) Sejarah Permainan Ular Naga

Permainan ular naga merupakan salah satu permainan tradisional Indonesia. Permainan ular naga dapat mengembangkan kepemimpinan dan kerja sama antar teman. Permainan ini berguna untuk melatih gerakan dasar berjalan, kemampuan bahasa dan bernyanyi, serta melatih kesabaran untuk antri dan bekerja sama antar teman. Permainan ini tidak membutuhkan perlengkapan apa pun.

2) Tujuan Permainan Ular Naga

Permainan panjat pinang mempunyai tujuan sebagai media bermain yang mengembangkan sifat pribadi anak karena melatih kesabaran saat melewati benteng dan ketika dia tertangkap maka dia harus menjawab dialog-dialog dari kedua gerbang tersebut.

3) Manfaat Permainan Ular Naga

Permainan ular naga melatih kemampuan emosi dan sosial anak. Cara anak bisa menepatkan diri dalam kelompok, membangun sebuah persahabatan, berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman sebaya, serta lainnya. Sementara itu, keterampilan berbahasa juga dapat dirangsang melalui permainan ini. Misalnya kosakata atau pendengaran anak bertambah ketika mendengarkan si induk dan gerbang saling berbantahan.

4) Lapangan dan Peralatan Permainan Ular Naga

Permainan ini sangat pas dilakukan di tempat yang luas, seperti halaman rumah dan lapangan. Dan tidak ada alat yang digunakan dalam permainan ular naga.

5) Pemain Permainan Ular Naga

Tidak ada aturan yang baku tentang jumlah pemain, tetapi biasanya diikuti 5-10 anak atau sesuai dengan kesepakatan anak-anak.

6) Jalannya Permainan Ular Naga

Pada permainan ini anak-anak berbaris berpegangan pada “buntut”, yaitu ujung baju atau pinggang anak didepannya. Seorang anak yang paling bermain sebagai “induk” dan berada paling depan dibarisan. Selain itu, terdapat dua anak yang berperan sebagai gerbang dengan berdiri saling berhadapan dan saling berpegangan tangan diatas kepala. Induk dan gerbang biasanya dipilih dari anak-anak yang tangkas berbicara, karena salah satu daya tarik permainan ini adalah dalam dialog mereka.

Permainan dimulai dengan meminta dua orang teman yang paling tinggi untuk menjadi gapura. Caranya dengan saling berpegangan tangan diantara keduanya. Anak-anak yang lain berbaris ke belakang sambil bernyanyi. Anak yang paling depan berjalan memasuki gapura kemudian diikuti anak-anak lainnya. Ketika lagu yang dinyanyikan berhenti, anak yang tertangkap di gapura akan diberi pilihan rahasia untuk menjadi anggota dari salah satu penjaga gapura.

7) Pemenang Permainan Ular Naga

Siapa yang pengikutnya paling banyak akan menjadi pemenang. Sementara itu, yang kalah harus menangkap orang yang paling belakang dari lawannya.

5. Manfaat Olahraga dan permainan Tradisional

Adapun manfaat yang diperoleh dari olahraga dan permainan tradisional adalah untuk meningkatkan kerja dan fungsi jantung, paru dan pembuluh darah, meningkatkan kekuatan otot dan kepadatan tulang, meningkatkan kelenturan (*fleksibilitas*) pada tubuh sehingga dapat mengurangi cedera, meningkatkan metabolisme tubuh untuk mencegah kegemukan dan mempertahankan berat badan ideal, mengurangi resiko terjadinya berbagai penyakit, meningkatkan sistem hormonal melalui peningkatan sensitifitas hormon terhadap jaringan

tibuh, meningkatkan aktivitas sistem kekebalan tubuh terhadap penyakit melalui peningkatan pengaturan kekebalan tubuh.

Permainan tradisional dapat mengembangkan kreativitas, anak dapat mewujudkan diri, bermanfaat, memberikan kepuasan serta yang memungkinkan adalah anak dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Ada pun manfaat permainan tradisional secara umum menurut (Eka rahmawati, 2010:11) adalah sebagai berikut :

- a. Dapat mengembangkan kreativitas anak dalam ide atau pelajaran.
- b. Meningkatkan kemampuan sosial
- c. Meningkatkan rasa berempati kepada kawan dan sesama
- d. Dapat mengasah kecerdasan kinetik
- e. Dapat mengembangkan kecerdasan antar personal ketika mereka menyepakati aturan main, berkinflik dan berdamai.
- f. Melatih keakraban dengan alam
- g. Melatih seorang anak untuk selalu menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas
- h. Seorang anak dapat belajar hidup lewat mainan karena melalui permainan tradisional seorang anak dapat mengatasi kesepian, mengatur keseimbangan otak, bekerja sama dan mengenal lingkungan.
- i. Membantu anak mengembangkan kemampuan interaksi dan berkomunikasi dengan baik, karena anak harus menyampaikan idenya, bernegosiasi, mengungkapkan emosinya secara tepat.
- j. Mengembangkan kepandaian sosial dan menanamkan nilai-nilai yang berlaku dimasyarakat setempat.
- k. Belajar untuk mematuhi peraturan yang ada karena termotivasi oleh pengakuan bersikap sportif oleh anak lain.

C. Kerangka Berpikir

Tujuan dari peneliti mengamabil judul penelitian Eksistensi Olahraga dan Permainan Tradisional di Desa Harapan Makmur Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau adalah untuk mengetahui Eksistensi olahraga dan permainan didaerah tersebut, untuk mengetahui apa saja dan bagaimana partisipasi msyarakat tentang olahraga dan permainan tradisional di daerah tersebut dan permainan tradisional apa saja yang sering dimainkan oleh masyarakat di Desa Harapan Makmur Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau.

Eksistensi adalah keberadaan, kehadiran yang mengandung unsur bertahan. Eksistensi bisa juga dikenal dengan satu kata yaitu keberadaan. Eksistensi dapat diartikan sasuat yang menganggap keberadaan manusia tidaklah statis, artinya manusia senantiasa bergerak dari kemungkinan dan kenyataan.

Dugaan sementara tentang penelitian ini adalah olahraga dan permainan tradisional sudah tidak berkembang dan kurang dimainkan di daerah tersebut karena sudah banyak anak-anak yang bermain game online dibandingkan olahraga dan permainan tradisional karena majunya teknologi di zaman sekarang. Namun olahraga dan permainan biasanya dimainkan atau di adakan pertandingannya pada saat hari Kemerdekaan Republik Indonesia, permianan yang biasanya dimainkan atau ditandingkan adalah seperti Panjat Pinang, Tarik tambang, lari kelereng anak-anak, dan lomba makan kerupuk.

Dengan ini, peneliti mengambil judul penelitian Eksistensi Olahraga dan Permainan Tradisional di Desa Harapan Makmur Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau adalah untuk melestarikan keberadaan olahraga dan permainan tradisional yang ada di desa harapan makmur. Dan dapat memberikan pemahaman tentang pentingnya permainan tradisional di masa ini. Karena permainan tradsional adalah budaya leluhur dari daerah tersebut dan amat penting bagi kita untuk mengembangkannya terutama bagi anak-anak.