

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan tempo dulu sebenarnya sangat baik untuk melatih fisik dan mental anak. Secara tidak langsung anak-anak akan dirangsang kreatifitas, ketangkasan, jiwa kepemimpinan, kecerdasan, dan keluasan wawasannya melalui permainan tradisional. Namun sayangnya seiring kemajuan jaman, permainan yang bermanfaat bagi anak ini mulai ditinggalkan bahkan dilupakan. Anak-anak terlena oleh televisi dan video game yang ternyata banyak memberi dampak negatif bagi anak-anak, baik dari segi kesehatan, psikologis maupun penurunan konsentrasi dan semangat belajar.

Permainan Tradisional yang semakin hari semakin hilang di telan perkembangan jaman, sesungguhnya menyimpan sebuah keunikan, kesenian dan manfaat yang lebih besar seperti kerja sama tim, olahraga, terkadang juga membantu meningkatkan daya otak. Berbeda dengan permainan anak jaman sekarang yang hanya duduk diam memainkan permainan dalam layar monitor dan sebagainya. Setiap daerah, atau negara memiliki permainan tradisional berbeda-beda. Berikut ini permainan tradisional asal Indonesia yang sekarang hampir terlupakan.

Permainan bentengan adalah salah satu permainan tradisional yang patut dilestarikan. Dalam permainan yang dinamakan bentengan ini, para pemain dituntut untuk pandai berstrategi, kompak, mau bekerja sama dan tangkas. Jadi selain mengolah raga, permainan tradisional yang satu ini juga

melatih mental dan mengasah kreativitas. Strategi yang jitu akan membuat lawan kewalahan dan meninggalkan bentengnya. Kecepatan gerak dan lari sangat dibutuhkan. Seorang pengatur serangan juga sangat berperan dalam merebut benteng. Oleh karena itu dalam pembuatan makalah ini, penyusun akan membahas dan menjelaskan mengenai permainan tradisional Benteng-bentengan.

Kemajuan teknologi nyatanya tak hanya merambah ke para penggiat yang disebut tech savvy, namun juga menyentuh hidup anak-anak di bawah umur yang sudah memiliki gadget sendiri. Sebuah survei oleh Common Sense Media di Philadelphia mengungkapkan bahwa anak-anak mulai usia 4 tahun sudah punya perangkat mobile sendiri tanpa pengawasan orang tua. Survei ini diisi oleh 350 orang tua keturunan Afrika-Amerika yang kebanyakan memiliki pendapatan rendah. Mereka mengisi pertanyaan saat sedang mengunjungi Einstein Medical Center di Philadelphia. Mengutip situs New York Times, 70 persen orang tua mengaku memang mengizinkan anak-anak mereka yang usianya 6 bulan sampai 4 tahun bermain perangkat mobile ketika mereka sedang mengerjakan pekerjaan rumah tangga, serta 65 persen melakukan hal yang sama untuk menenangkan si anak saat berada di tempat umum. Lalu satu perempat orang tua mengaku meninggalkan anak-anak mereka sendiri dengan gadget saat menjelang tidur, padahal layar terang sebetulnya mengganggu tidur. "Mereka berusaha menidurkan anak-anak di lingkungan yang malah membuat sulit untuk tidur," tutur salah satu peneliti, Michael Rich dari Center on Media and Child Health di Boston Children's Hospital. Sesuai catatan

pimpinan penelitian Hilda Kabali, sepertiga orang tua yang anaknya berusia 3-4 tahun mengaku anak-anak mereka doyan menggunakan lebih dari satu perangkat mobile. Kebanyakan orang tua juga menyatakan, anak-anak yang usianya di bawah 1 tahun cenderung menggunakan gadget untuk bermain game, menonton video, dan bermain aplikasi.

Kehadiran telepon seluler (ponsel) atau Handphone telah merubah kehidupan manusia. Jarak selama ini dituding menjadi biang keladi kesulitan itu, tidak kuasa lagi menghalangi. Sebagian besar remaja zaman sekarang merasa dirinya sangat tergantung pada Handphone. Menurutnya, kehadiran ponsel sangat membantu kemudahan hidup, komunikasi. Tujuan kemudahan hidup itu pula yang memaksa dirinya memutuskan menggunakan ponsel beberapa tahun silam. Alasannya biar bisa berkomunikasi dengan mudah. Sebagian besar para remaja mengatakan bahwa tujuan utama menggunakan ponsel adalah, “Sebagai alat komunikasi dan sebagai penyambung silaturahmi, sebagai hiburan, dan tidak menutup kemungkinan sebagai alat tambahan membantu dalam kelancaran berbisnis.” Tak bisa dipungkiri lagi, bagi mereka yang hidup di perkotaan, di dunia modern yang menuntut segala sesuatunya serba cepat dan mudah, memiliki ponsel seperti sebuah keniscayaan. Celah ini tentu menjadi peluang besar para perusahaan komunikasi untuk merauk keuntungan. Mereka berlomba-lomba mengembangkan teknologi yang telah ada guna melahirkan produk-produk baru yang bakal mengisi pasar. Melalui inovasi-inovasi, mereka memaksa insan-insan perkotaan menambah kebutuhan hidupnya. Perkembangan teknologi tentu tidak mungkin mencapai kata

sempurna dalam arti sesungguhnya. Oleh karena itu, tidak ada satu teknologi pun yang dikembangkan telah mencapai fase final. Inovasi-inovasi dan penemuan-penemuan berikutnya tetap mengikuti sebuah pencapaian yang telah ada. Proses pun terus berlanjut, mengikuti hasrat, nafsu, dan kebutuhan manusia. Satu hal yang tidak dapat dihindari adalah teknologi pasti menghadirkan efek samping yang memengaruhi kehidupan manusia. Sekecil apa pun, teknologi pasti memiliki sifat “memaksa”, membuat manusia menjadi tergantung padanya. Ketergantungan Terhadap Handphone Beberapa orang mengaku ketergantungannya pada ponsel telah mencapai taraf yang tinggi.

Oleh karena permasalahan di atas peneliti semakin tertarik untuk mengkaji ke sebuah penelitian dengan memberikan suatu permainan tradisional (Benteng-bentengan) pada siswa MTS. Mambaul Ulum di Kecamatan Arjasa. Sehingga di tarikhlah sebuah kesimpulan pada judul penelitian ini adalah Pengaruh Permainan Tradisional Bentengan Terhadap Peningkatan VO2 MAX Pada Siswa MTS. Mambaul Ulum Kecamatan Arjasa Tahun Pelajaran 2019-2020.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Model pembelajaran yang diterapkan guru pengajar PJOK di MTS. Mambaul Ulum Kecamatan Arjasa terlihat selalu monoton dan belum menerapkan model-model bermain.

2. Guru kurang termotivasi untuk memilih dan menerapkan model-model yang menarik dalam melakukan proses pembelajaran.
3. Sarana prasarana olahraga yang kurang memadai.
4. Kemampuan siswa dalam melakukan aktivitas fisik cenderung pasif dan lebih banyak waktu luang digunakan untuk bermain Handphone.
5. Kurangnya motivasi siswa dalam proses pembelajaran.
6. Belum pernah diadakan penelitian terkait penerapan model bermain di MTS. Mambaul Ulum Kecamatan Arjasa.

C. Batasan Masalah

Dari permasalahan yang ada di atas, Peneliti hanya membatasi permasalahan penelitian ini yaitu:

1. Penelitian ini hanya terbatas pada siswa MTS. Mambaul Ulum Kecamatan Arjasa tahun ajaran 2019-2020.
2. Penelitian ini hanya terbatas pada penerapan Permainan Tradisional Bentengan Terhadap Peningkatan VO2 MAX.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan batasan masalah di atas, peneliti merumuskan masalah penelitian ini yaitu:

Seberapa besar Pengaruh Permainan Tradisional Bentengan Terhadap Peningkatan VO2 MAX Pada Siswa MTS. Mambaul Ulum Kecamatan Arjasa Tahun Pelajaran 2019-2020 ?.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu: untuk mengetahui Seberapa besar Pengaruh Permainan Tradisional Bentengan Terhadap Peningkatan VO2 MAX Pada Siswa MTS. Mambaul Ulum Kecamatan Arjasa Tahun Pelajaran 2019-2020.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian yang di harapkan dapat menambah wawasan serta pembendaharaan ilmu pengetahuan, khususnya yang berkenaan dengan penerapan pembelajaran Permainan Tradisional Bentengan Terhadap Peningkatan VO2 MAX Pada Siswa MTS. Mambaul Ulum Kecamatan Arjasa Tahun Pelajaran 2019-2020.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi Peneliti akan menjadi pengalaman yang bermanfaat untuk melengkapi pengetahuan yang telah diperoleh dibangku kuliah. Serta peneliti mendapat jawaban yang konkret tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul.
- b) Bagi Guru akan menjadi evaluasi, pedoman dan acuan dalam merencanakan pelaksanaan pembelajaran selanjutnya.
- c) Bagi Siswa akan menjadi informasi dan koreksi untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

- d) Bagi Sekolah akan menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan dalam merencanakan program pembelajaran selanjutnya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran khususnya Mata Pelajaran PJOK.

G. Definisi Operasional

1. Pengertian Permainan Bentengan

Bentengan adalah permainan yang dimainkan oleh dua grup, masing-masing terdiri dari 4 sampai dengan 8 orang. Masing-masing grup memilih suatu tempat sebagai markas, biasanya sebuah tiang, batu atau pilar sebagai 'benteng'.

2. Pengertian Bermain

Bermain itu sendiri hakikatnya bukanlah suatu kesungguhan akan tetapi bersamaan itu pula, kita melihat kesanggupan yang menyerap konsentrasi dan tenaga mereka ketika bermain. (Rusli Lutan, 2001:31)

3. Pengertian VO_2Max

VO_2max adalah volume maksimal O_2 yang diproses oleh tubuh manusia pada saat melakukan kegiatan yang intensif. Volume O_2max ini adalah suatu tingkatan kemampuan tubuh yang dinyatakan dalam liter per menit atau milliliter/menit/kg berat badan. Tinggi rendahnya VO_2max seseorang berhubungan dengan kemampuan beraktivitas seseorang. Semakin tinggi kadar VO_2max seseorang, maka tingkat aktivitasnya semakin tinggi dan tingkat kelelahannya semakin rendah.