

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. KAJIAN TEORI**

##### **1. Permainan Tradisional**

###### **a. Pengertian Permainan Tradisional**

Kegiatan bermain pada anak adalah cara alami dan terbaik bagi peserta didik untuk belajar, karena dalam bermain peserta didik mengamati diri sendiri dan orang lain yang bermain dan melakukan. permainan dapat membantu perkembangan kognitif peserta didik secara langsung, tidak hanya sebagai hasil dari perkembangan kognitif yang dikemukakan oleh Piaget (R et al., 2018).

Permainan tradisional menjadi alternatif dalam suatu pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah. Permainan menekankan pada upaya pelestarian budaya bangsa yang mulai ditinggalkan oleh generasi baru, karena lebih menyukai dengan permainan modern. Dalam pelaksanaannya, pendidik tidak perlu memaksakan harus membeli peralatan dengan biaya tinggi. Upayakan dari lingkungan yang ada di sekolah dengan mencari bahan yang murah dan mudah bagi peserta didik (Mulyana & Lengkana, 2019).

Permainan tradisional adalah salah satu unsur kebudayaan yang mengandung nilai – nilai budaya warisan nenek moyang yang harus dilestarikan keberadaannya. Permainan tradisional tidak hanya permainan saja, dimana suatu permainan yang dirancang sedemikian rupa sehingga orang lain dapat mengembangkan banyak keterampilan seperti berpikir logis,

membangun strategi, konsentrasi, matematika dasar, dan lain – lain (R et al., 2018).

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional merupakan kegiatan yang dapat digunakan sebagai alat bantu belajar, permainan yang mengajarkan banyak hal sambil bermain seperti belajar untuk sportif, mengembangkan keterampilan sensorik, meningkatkan keterampilan motorik, dan lain – lain. Permainan tradisional sangat bermanfaat terutama bagi proses pembelajaran.

#### **b. Tahapan Perkembangan Bermain**

Usia seorang peserta didik juga mempengaruhi kegiatan bermain, dengan adanya tahapan bermain anak menurut Piaget berdasarkan usia dan jenis kegiatan bermainnya, antara lain (R et al., 2018):

##### 1) *Sensory motor play* ( $\frac{3}{4}$ bulan – $\frac{1}{2}$ tahun)

Tahap ini gerakan atau kegiatan anak belum dapat dikategorikan sebagai kegiatan bermain. Jadi, tahap ini merupakan pengulangan dari kegiatan sebelumnya dan disebut *reproductive assimilation*. Kegiatan anak lebih terkoordinasi dari pengalamannya bahwa dengan menarik mainan yang tergantung diatas tempat tidurnya makan mainan tersebut akan bergerak dan berbunyi.

##### 2) *Make Believe Play* ( $\pm 2 - 7$ Tahun)

Ciri periode praoperasional yang ditemukan pada usia 2-7tahun ditandai dengan bermain khayal dan pura – pura. Pada tahap ini peserta didik lebih banyak bertanya dan menjawab pertanyaan, mencoba berbagai kegiatan yang berkaitan dengan konsep angka, ruang, kuantitas, dan sebagainya.

Peserta didik sudah menggunakan berbagai simbol atau representasi benda lain, misalnya sapu sebagai kuda – kudaan, daun sebagai uang, dan sebagainya. Bermain simbolik juga berfungsi untuk mengasimilasikan pengalaman emosional anak.

3) *Social Play Games with Rules* ( $\pm 8 - 11$  Tahun)

Tahap ini penggunaan simbol lebih banyak diwarnai oleh logika, nalar yang bersifat objektif. Kegiatan peserta didik lebih banyak terlibat dalam kegiatan *games with rulers* atau Kegiatan lebih banyak dikendalikan aturan bermain.

4) *Games with Rules and Sport* (11 Tahun keatas)

Kegiatan bermain yang memiliki aturan adalah olahraga. Kegiatan bermain ini masih menyenangkan dan dinikmati bagi peserta didik. merkipun aturannya lebih ketat dan diberlakukan secara tidak *luwes* dibandingkan dengan permainan yang tergolong games seperti kartu dan kasti.

**c. Sasaran permainan tradisional secara jasmani**

Pada sasaran ini terdapat beberapa sasaran yaitu terdapat lima sasaran, antara lain (Mulyana & Lengkana, 2019):

1) Peningkatan kekuatan otot

Kegiatan bermain anak akan berlari, melompat atau meloncat, mengangkat, berjingkat, menarik dan mendorong. Semua kegiatan tersebut tanpa disadari mempengaruhi otot – otot menjadi lebih kuat.

2) Daya tahan otot setempat

Anak – anak yang bermain secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama yaitu kesempatan yang sangat baik untuk peningkatan daya tahan otot setempat.

3) Daya tahan *cardiovaskular*

Anak – anak yang bermain “gobak sodor” akan mengalami lari cepat kemudian berhenti, dan lari cepat lagi, secara terus menerus dilakukan. Maka, tidak disengaja anak telah berlatih dengan cara latihan interval. Hal tersebut dapat mempengaruhi anak dalam peningkatan daya tahan.

4) Kelentukan

Semua permainan tradisional daerah terdapat beberapa permainan yang memaksa anak – anak untuk meliuk, membungkuk badan, dan mengayunkan kaki. Semua kegiatan tersebut dapat meningkatkan kemampuan gerak yang baik.

5) Keterampilan gerak

Makin meningkatkan unsur gerak, dan gerak dasar (gerak lokomotor, gerak nonlokomotor dan gerak manipulatif dapat meningkatkan keterampilan gerak yang mengarah makin meningkatnya prestasi cabang olahraga). Bermain lokomotor termasuk permainan olahraga (lari, panjat, berjalan, berjingkat, dll) yang dimana melibatkan tubuh untuk dapat bergerak berpindah tempat. Bermain non-lokomotor juga salah satu permainan yang ada dalam olahraga, misalnya (memutar tubuh, mengayun, membungkuk, dll) dimana tubuh tidak dapat bergerak berpindah tempat, tetapi melibatkan otot, daya tahan, dan keterampilan.

Sedangkan untuk gerak manipulatif sendiri yaitu permainan yang terdapat dalam olahraga juga misalnya (memukul, menggiring, menendang bola, dll) permainan dilakukan secara campur antara gerak berpindah tempat dan gerak tidak berpindah tempat.

#### **d. Jenis – Jenis Permainan Tradisional bagi Anak Usia Dini**

Adapun jenis permainan yang lebih melatih kekuatan otot – otot peserta didik yaitu permainan tradisional. Jenis permainan tradisional untuk meningkatkan kemampuan motorik pada anak usia dini, yaitu (Hasanah, 2016) : (1) permainan congklak/dakon; (2) lompat; (3) lompat tali/sapintrong; (4) kelereng.

Bermain congklak dapat melatih peserta didik dalam berhitung. Peserta didik yang bermain congklak juga pandai dalam membuat strategi agar dapat memenangkan permainan. Coklak dalam bahasa jawa disebut dengan permainan dakon, biasanya dimainkan oleh dua anak perempuan. Ukuran papan terdiri dari 16 lubang untuk menyimpan biji congklak. Permainan coklak 16 lubang tersebut saling berhadapan, 2 lubang besar dikedua sisinya, dan terdapat 98 biji. Biji congklak biasanya digunakan adalah biji kopi (Yuwono et al., 2021).

Lompat tali atau disebut dengan permainan karet merupakan permainan favorite di kalangan anak – anak 70 hingga 80-an pada permainan di sekolah atau dirumah. Tali yang digunakan dalam permainan lompat tali ini dibuat dari roncean tali dari karet gelang. Permainan ini dapat mengasah kreativitas peserta didik dalam merancang karet yang akan digunakan pada permainan (Yulita, 2018).

Permainan kelereng merupakan salah satu permainan rakyat yang populer. Kelerengnya yang berbentuk bulat sebesar ibu jari kaki. Permainan ini sangat membutuhkan keahlian dan kepandaian dalam mengatur strategi dalam bermain. Peraturan dalam memainkan permainan yaitu tergantung dari permainan bagaimana lemparan kelereng lewat jari supaya mengenai kelereng lewat jari supaya terkena kelereng lain (Hasanah, 2016).

## **2. Pembelajaran PJOK**

### **a. Pengertian Pembelajaran PJOK**

PJOK atau Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan aktivitas jasmani yang disusun dan dirancang secara sistematis untuk merangsang perkembangan dan pertumbuhan karakter untuk mencapai tujuan pendidikan. PJOK sebagai suatu cabang ilmu dalam mengembangkan wawasan keolahragaan pada sektor pendidikan formal memiliki peranan penting dalam menjalankan nilai-nilai olahraga. Cara menjalankan nilai olahraga tersebut salah satunya ialah melalui literasi, dengan melibatkan literasi dapat memudahkan pemahaman peserta didik dalam proses pembelajaran PJOK (Tahzani, 2020).

Penerapan pembelajaran di setiap mata pelajaran harus menanamkan pengetahuan, sikap, dan psikomotorik. Ketiga ranah tersebut harus ditanamkan meskipun dengan proporsi yang berbeda-beda, seperti salah satunya mata pelajaran PJOK. Hal ini dikarenakan dalam pembelajaran PJOK lebih menekankan pada keterampilan gerak motorik, akan tetapi ranah kognitif dan afektif tetap ditanamkan untuk membantu membentuk karakter peserta didik. Penanaman karakter peserta didik melalui mata pelajaran PJOK

tentu harus disesuaikan dengan pembelajarannya, yaitu dengan melihat kegiatan yang dapat melatih keterampilan psikomotorik peserta didik (Evendi et al., 2021).

#### **b. Tujuan Pembelajaran PJOK**

Tujuan pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan) adalah sebagai penunjang tercapainya pendidikan nasional, Adapun tujuan pembelajaran PJOK menurut (Ridwan & Astuti, 2021) sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan pengembangan psikis dan pertumbuhan fisik yang lebih baik;
- 2) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar;
- 3) Mengembangkan sikap jujur, disiplin, sportif, percaya diri, tanggung jawab, dan demokratis;
- 4) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pemeliharaan dan pengembangan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui aktivitas olahraga jasmani;
- 5) Menanamkan landasan karakter moral melalui nilai-nilai yang terkandung dalam PJOK;
- 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan masyarakat.

Berdasarkan tujuan-tujuan di atas, dapat diketahui secara riil/nyata bahwa pembelajaran PJOK sebagai media untuk mendorong perkembangan psikis, pertumbuhan fisik, keterampilan gerak motorik, serta pembiasaan pola hidup sehat untuk kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Dengan demikian,

dalam proses pembelajaran peserta didik perlu diarahkan untuk menyeimbangkan antara aktivitas bermain dan belajar.

### **3. Media Pembelajaran**

Media pembelajaran pada dasarnya ialah salah satu komponen dari sistem pembelajaran. Media pembelajaran itu sendiri merupakan alat yang digunakan untuk membantu proses kegiatan belajar mengajar, sehingga inti dari pesan yang disampaikan menjadi lebih jelas dan bermakna (Nurdyansyah, 2019). Media sebagai segala benda yang dapat dilihat, didengar, dibaca atau dibicarakan berserta instrumen yang digunakan, dan dimanipulasi. Dengan demikian pemanfaatan media pembelajaran baik di kelas, laboratorium, maupun lapangan menjadi suatu kebutuhan yang harus dilakukan untuk menunjang kualitas belajar yang mengarah pada ketercapaian tujuan pembelajaran.

Media pembelajaran dalam pelaksanaan kegiatan belajar memiliki kegunaan untuk menyampaikan pesan baik berupa teks, suara, atau gambar yang merupakan bagian dari isi materi yang akan dipelajari oleh peserta didik, sehingga media memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran. Pemakaian media pembelajaran dapat menumbuhkan minat peserta didik untuk belajar hal yang baru, sehingga materi yang disampaikan oleh pendidik dapat dipahami dengan mudah. Dalam penggunaan media pun harus disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik, sehingga sebagai seorang pendidik harus dapat memilih media pembelajaran yang cocok agar tujuan pengajaran yang ditetapkan oleh lembaga dapat tercapai secara maksimal (Nurrita, 2018).

#### 4. E – Modul

E – Modul merupakan suatu produk bahan ajar non cetak berbasis digital yang secara individu di buat untuk dapat dipelajari oleh peserta didik. E – modul juga disebut media untuk belajar secara mandiri, karena didalam modul telah dilengkapi dengan petunjuk untuk belajar mandiri (Kuncahyono, 2018). Modul elektronik (e-modul) yaitu bahan ajar yang sesuai pada karakteristik bahan ajar yang tersusun sistematis dan peserta didik dapat untuk melaksanakan belajar secara individu atau mandiri. Keunggulan e-modul yaitu membuat proses belajar menjadi menarik, inovatif, dan lebih interaktif (Salsabila & Syaban, 2022).

Paparan diatas dapat disimpulkan bahwa e-modul adalah suatu media atau bahan ajar yang dapat digunakan melalui laptop, komputer dan hp secara digital. Modul yaitu alat yang dapat digunakan sebagai bahan ajar yang berisikan materi, latihan soal, dan soal evaluasi yang dibuat secara menarik untuk mencapai tujuan dan kompetensi yang diharapkan.

#### 5. Perkembangan Kognitif Peserta Didik

Teori perkembangan piaget, belajar yang melibatkan proses berfikri yang sangat kompleks. Proses belajar menurut teori piaget terdapat 4 tahapan, sebagai berikut (Rohmah, 2021) :

- a. Tahap sensorimotor (0 – 2 tahun) peserta didik mengenal lingkungan dengan penglihatan, penciuman, pendengaran, perabaan dan menggerakannya dengan kemampuan sensorik dan motoriknya.
- b. Tahap pra-operasional (2 – 7 tahun) peserta didik mampu menggunakan bahasa dalam mengembangkan konsepnya, meskipun sangat sederhana. Memperoleh pengetahuan berdasarkan kesan yang sedikit abstrak.

- c. Tahap operasional konkrit (8-14 tahun) peserta didik sudah menggunakan aturan – aturan yang jelas dan logis.
- d. Tahap operasional formal (>14 tahun) peserta didik sudah mampu berfikir abstrak dan logis.

## 6. Materi Gerak Dasar

Keterampilan gerak dasar di sekolah dasar menurut (Hanief & Sugito, 2015) terbagi menjadi 3 kategori, antara lain sebagai berikut:

### a. Gerak Dasar Lokomotor

Gerak dasar lokomotor adalah gerak memindah tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Contoh dari gerak dasar lokomotor yaitu berlari dan berjalan.

### b. Gerak Dasar Non-lokomotor

Gerak dasar non-lokomotor adalah aktivitas gerak yang menggerakkan anggota tubuh pada porosnya dan pelaku tidak berpindah tempat. Selain itu pada gerak dasar ini kemampuan dalam kelentukan sendi ke segala arah juga sangat diperlukan. Contohnya yaitu: melompat dan jalan ditempat.

### c. Gerak Dasar Manipulatif

Gerak dasar manipulatif merupakan keterampilan gerak motorik yang melibatkan penguasaan terhadap objek diluar tubuh oleh tubuh atau bagian tubuh. Selain itu, gerakan manipulatif ini juga menggunakan berbagai alat dalam melakukan gerakannya.

## B. PENELITIAN TERDAHULU

Peneliti	Judul hasil penelitian	Persamaan penelitian	Perbedaan penelitian
(Violadini & Mustika, 2021)	Pengembangan E-Modul Berbasis Metode Inkuiri pada Pembelajaran Tematik di Sekolah dasar	Mengembangkan media e-modul dengan menggunakan model pengembangan R&D yaitu model ADDIE	penelitian menggunakan subjek siswa kelas 5 SD pada pembelajaran tematik dengan menggunakan metode inkuiri
(Salsabila & Syaban, 2022)	Pengembangan E-Modul Interaktif Materi Penampakan Alam di Indonesia di Sekolah Dasar	Mengembangkan suatu media e-modul dengan menggunakan model pengembangan R&D yaitu model ADDIE	Penelitian dengan menggunakan subjek siswa kelas 5 SD, muatan yang digunakan IPS materi penampakan alam di indonesia
(Kuncahyono, 2018)	Pengembangan E-Modul (Modul Digital) dalam Pembelajaran Tematik di Sekolah Dasar	Mengembangkan e-modul pembelajaran tematik dan model pengembangan yaitu model ADDIE	Penelitian ini menggunakan subjek kelas 4 SD Muhammadiyah 9 Kota Malang

### C. KERANGKA PIKIR

