

Pengaruh Olahraga Tradisional Terhadap Pengembangan Karakter dan Sosial Anak Sekolah Dasar

Ratu Ayu Melati ^{1*}, Putri Cempaka Anggraini ²

^{1,2} Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

Email : ratuayu@gmail.com *

Abstract, *This study examines the influence of traditional sports on the development of character and social skills of elementary school children. The methods used are observation and interviews with teachers and parents. The results of the study indicate that traditional sports, such as hopscotch and rope jumping, can improve teamwork, discipline, and mutual respect between children.*

Keywords: *Traditional sports, character, social skills, elementary school children, sports education.*

Abstrak, Penelitian ini mengkaji pengaruh olahraga tradisional terhadap pengembangan karakter dan keterampilan sosial anak sekolah dasar. Metode yang digunakan adalah observasi dan wawancara dengan guru serta orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa olahraga tradisional, seperti engklek dan lompat tali, dapat meningkatkan kerjasama tim, disiplin, dan rasa saling menghargai antar anak.

Kata kunci: Olahraga tradisional, karakter, keterampilan sosial, anak sekolah dasar, pendidikan olahraga.

1. PENDAHULUAN

Olahraga tradisional merupakan bagian penting dari warisan budaya yang sering terlupakan di tengah dominasi olahraga modern. Di banyak negara, termasuk Indonesia, olahraga tradisional seperti engklek, lompat tali, gobak sodor, dan permainan lainnya telah dimainkan secara turun-temurun oleh anak-anak. Olahraga-olahraga ini bukan hanya memberikan manfaat fisik, tetapi juga memiliki dampak positif terhadap pengembangan karakter dan keterampilan sosial anak.

Pada usia sekolah dasar, anak-anak berada pada tahap perkembangan sosial dan emosional yang sangat penting. Mereka mulai membentuk hubungan interpersonal, belajar bekerjasama, serta mengembangkan nilai-nilai moral yang akan membentuk karakter mereka di masa depan. Pendidikan karakter melalui olahraga tradisional dapat memberikan pembelajaran yang lebih menyenangkan dan efektif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana olahraga tradisional dapat mempengaruhi karakter dan keterampilan sosial anak sekolah dasar.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Olahraga tradisional memiliki nilai budaya yang tinggi dan mengandung unsur-unsur pendidikan yang dapat mendukung pembentukan karakter. Dalam sebuah penelitian oleh Supriyanto (2019), disebutkan bahwa olahraga tradisional dapat meningkatkan kualitas pendidikan karakter anak karena mengajarkan nilai-nilai seperti kerjasama, disiplin, kejujuran,

dan rasa saling menghargai. Hal ini sejalan dengan pernyataan oleh Suryana (2018), yang menyebutkan bahwa olahraga tradisional dapat memperkuat hubungan sosial antara anak-anak karena umumnya permainan ini dilakukan dalam kelompok.

Selain itu, pengembangan keterampilan sosial anak melalui olahraga tradisional juga sangat penting. Menurut Rahmawati (2020), olahraga yang dilakukan dalam kelompok dapat meningkatkan kemampuan komunikasi dan kerjasama. Keterampilan sosial seperti bekerja sama, menyelesaikan konflik, serta menghormati peraturan dan teman-teman, dapat dilatih melalui olahraga tradisional. Sebagai contoh, permainan engklek mengajarkan anak untuk bergiliran, bekerja sama, dan menghargai peraturan yang ada.

Pada sisi lain, olahraga tradisional juga berperan dalam meningkatkan kedisiplinan dan rasa tanggung jawab. Hal ini dijelaskan oleh Nurhadi (2017) yang menyatakan bahwa dalam permainan tradisional, anak-anak belajar untuk mematuhi aturan permainan, menjaga kedisiplinan diri, serta memahami pentingnya kerjasama dalam tim. Semua elemen ini mendukung pengembangan karakter anak, yang sangat penting untuk membentuk individu yang memiliki integritas dan empati.

3. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode observasi dan wawancara. Observasi dilakukan pada anak-anak sekolah dasar yang mengikuti kegiatan olahraga tradisional di sekolah, sedangkan wawancara dilakukan dengan guru olahraga dan orang tua untuk mengetahui dampak yang dirasakan oleh mereka terkait olahraga tradisional terhadap perkembangan karakter dan keterampilan sosial anak.

Subjek penelitian terdiri dari 30 anak sekolah dasar yang berpartisipasi dalam kegiatan olahraga tradisional, dengan usia berkisar antara 9 hingga 12 tahun. Kegiatan yang diamati mencakup permainan engklek, lompat tali, dan gobak sodor yang rutin dilakukan selama kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara kemudian dianalisis dengan teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi pola-pola yang muncul.

4. HASIL

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemukan bahwa olahraga tradisional memiliki pengaruh positif terhadap pengembangan karakter dan keterampilan sosial anak. Para guru melaporkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam kegiatan olahraga tradisional

menunjukkan peningkatan dalam kerjasama tim dan kedisiplinan. Mereka terlihat lebih mampu bekerja sama dalam kelompok dan lebih menghargai teman-teman mereka dalam permainan.

Beberapa anak yang awalnya cenderung individualis dalam aktivitas sehari-hari, setelah mengikuti kegiatan olahraga tradisional, mulai menunjukkan rasa saling menghargai dan memahami pentingnya bergiliran. Hal ini terlihat dalam permainan engklek, yang mengharuskan anak untuk bekerja sama dan mengikuti aturan yang telah ditetapkan.

Selain itu, orang tua juga melaporkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam olahraga tradisional menjadi lebih disiplin dalam menjalani rutinitas sehari-hari, seperti mengikuti jadwal sekolah, mengerjakan tugas, dan menjaga kebersihan diri. Mereka lebih mampu mengontrol emosi dan menjadi lebih sabar saat berinteraksi dengan teman-teman atau keluarga.

5. DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa olahraga tradisional dapat berperan penting dalam pengembangan karakter dan keterampilan sosial anak sekolah dasar. Salah satu temuan utama adalah peningkatan kerjasama tim. Dalam permainan engklek dan lompat tali, anak-anak belajar untuk bekerja sama dalam tim, saling membantu, dan mengutamakan kebersamaan. Ini sesuai dengan pendapat oleh Suryana (2018) yang menyatakan bahwa olahraga yang dilakukan dalam kelompok dapat memperkuat hubungan sosial antara anak-anak.

Selain itu, olahraga tradisional juga mengajarkan disiplin. Dalam permainan tradisional, aturan-aturan yang telah disepakati harus dipatuhi oleh semua peserta, yang mendorong anak untuk lebih tertib dan patuh terhadap aturan. Hal ini tidak hanya berdampak pada kehidupan sosial anak, tetapi juga pada perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari.

Pentingnya rasa saling menghargai juga menjadi salah satu hasil positif dari olahraga tradisional. Anak-anak yang terlibat dalam permainan seperti engklek dan gobak sodor belajar untuk saling memberi kesempatan kepada teman-teman mereka, serta menghargai usaha dan kontribusi setiap individu dalam kelompok. Nilai ini sangat penting dalam pembentukan karakter yang positif pada anak.

Namun, meskipun manfaat yang diperoleh cukup signifikan, penerapan olahraga tradisional di sekolah-sekolah masih terbatas dan tidak diterapkan secara rutin. Oleh karena itu, penting untuk mengintegrasikan olahraga tradisional dalam kurikulum pendidikan jasmani agar manfaatnya dapat dirasakan oleh lebih banyak anak.

6. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa olahraga tradisional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengembangan karakter dan keterampilan sosial anak sekolah dasar. Olahraga seperti engklek dan lompat tali dapat meningkatkan kerjasama tim, disiplin, dan rasa saling menghargai. Oleh karena itu, disarankan agar sekolah-sekolah lebih aktif dalam memperkenalkan dan mengintegrasikan olahraga tradisional dalam kegiatan ekstrakurikuler dan pembelajaran olahraga.

Pendidikan karakter melalui olahraga tradisional tidak hanya memberikan manfaat fisik tetapi juga membentuk karakter anak yang lebih baik, yang akan berguna bagi mereka dalam kehidupan sosial dan pribadi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengkaji lebih dalam dampak olahraga tradisional terhadap aspek lain dari perkembangan anak, seperti aspek kognitif dan emosional.

REFERENSI

- Astuti, M. (2019). *Pendidikan Karakter melalui Olahraga Tradisional di Sekolah Dasar*. Jurnal Ilmu Pendidikan, 18(3), 23-30.
- Dewi, L. (2020). *Peran Olahraga Tradisional dalam Mengajarkan Kerjasama kepada Anak-anak*. Jurnal Pendidikan dan Olahraga, 16(3), 50-57.
- Fitriani, H. (2020). *Olahraga Tradisional sebagai Sarana Peningkatan Kerjasama Tim Anak*. Jurnal Kesehatan dan Pendidikan, 12(2), 145-152.
- Hidayat, T. (2018). *Manfaat Olahraga Tradisional dalam Pengembangan Sosial Anak*. Jurnal Pendidikan Olahraga, 9(4), 43-49.
- Kurniawan, A. (2020). *Olahraga Tradisional dalam Pengembangan Kedisiplinan Anak*. Jurnal Olahraga dan Pendidikan, 13(1), 76-84.
- Nurhadi, F. (2017). *Kedisiplinan dalam Olahraga Tradisional untuk Anak-anak*. Jurnal Olahraga Indonesia, 5(2), 58-66.
- Prasetyo, A. (2019). *Peran Olahraga Tradisional dalam Pembentukan Karakter Anak Usia Dini*. Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, 8(1), 112-119.
- Puspita, R. (2017). *Penerapan Olahraga Tradisional untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 6(2), 55-62.
- Rahayu, D. (2018). *Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak melalui Permainan Tradisional*. Jurnal Sosial dan Pendidikan, 7(3), 93-100.
- Rahmawati, I. (2020). *Olahraga Tradisional dan Pengaruhnya terhadap Kerjasama Sosial Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Penelitian Pendidikan, 15(3), 135-142.

- Soemartono, F. (2019). *Pendidikan Sosial Anak melalui Permainan Tradisional*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 17(2), 101-109.
- Supriyanto, D. (2019). *Peran Olahraga Tradisional dalam Pendidikan Karakter Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Olahraga, 7(2), 45-52.
- Surya, I. (2018). *Dampak Olahraga Tradisional terhadap Perilaku Sosial Anak*. Jurnal Pengembangan Karakter, 14(1), 66-74.
- Suryana, E. (2018). *Olahraga Tradisional sebagai Media Pengembangan Keterampilan Sosial Anak*. Jurnal Ilmu Pendidikan, 10(1), 89-97.
- Wulandari, S. (2017). *Peran Olahraga dalam Pendidikan Karakter Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Karakter, 4(1), 115-121.