

Meningkatkan Pengetahuan Siswa Dalam Permainan Olahraga Tradisional Dengan Metode Video Visual Di SMP Negeri 18 Kota Bengkulu

Andre Anggara ¹⁾

Affiliation:

Universitas Dehasen Bengkulu

Corresponding Author:

andreanggara403@gmail.com



Abstract

Traditional sports games are part of the nation's cultural heritage, rich in educational, social, and cultural values. However, technological advancements and the dominance of modern games have shifted students' interest away from traditional games. This study aims to analyze the effectiveness of the video visual method in improving students' knowledge of traditional sports games, specifically Hadang, Bentengan, and Tap Jongkok, at SMP Negeri 18 Kota Bengkulu. This research employed a descriptive qualitative method, with data collected through observation, interviews, documentation, and knowledge tests (pretest and posttest). The subjects consisted of 100 students (50 male and 50 female). The learning process was conducted through educational video screenings, discussions, Q&A sessions, and direct field practice. The results showed that the students' average pretest score was 62.4 (Poor category), while the posttest average increased to 82.6 (Good category), with an improvement of 20.2 points or 32.4%. Observations revealed a significant increase in learning focus (85%), discussion participation (80%), and practical involvement (90%). Interviews indicated that the video visual method helped students understand the material more clearly, made it easier to remember playing techniques, and sparked interest in playing traditional games again. This study concludes that the video visual method is effective in enhancing students' knowledge of traditional sports games, while also supporting the preservation of local culture. It is recommended that PJOK teachers apply this method consistently with adequate school facilities.

Keyword: Traditional Sports Games, Video Visual, Student Knowledge.

Pendahuluan

Permainan olahraga tradisional sebagai aset budaya bangsa perlu dilestarikan digali ditumbuh kembangkan, karena selain merupakan olahraga/permainan untuk mengisi waktu luang, juga mempunyai potensi untuk dapat lebih dikembangkan sebagai olahraga yang bisa membantu meningkatkan kualitas jasmani bagi pelakunya. Permainan tradisional juga banyak mengandung manfaat bagi aktivitas fisik siswa. Dengan aktivitas fisik siswa yang baik diharapkan dapat mendukung terhadap kebugaran jasmani siswa. Seorang siswa yang memiliki tubuh yang bugar akan mampu menjalani segala aktivitas fisik sehari-hari tanpa adanya keluhan kelelahan yang berarti. Bagi anak-anak, bermain memiliki manfaat yang sangat penting, bermain bukan hanya untuk kesenangan tetapi juga suatu kebutuhan yang harus dipenuhi. Melalui kegiatan bermain, anak dapat belajar tentang diri mereka sendiri, orang lain dan lingkungannya. Anak-anak biasanya mengalami masa-masa peka, di mana anak mulai

sensitif untuk menerima berbagai upaya pengembangan seluruh potensi. Masa ini adalah masa yang sangat bagus dan cocok untuk meletakkan dasar pertumbuhan dalam mengembangkan kemampuan fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional, konsep diri, disiplin, seni, moral, dan nilai-nilai agama.

Olahraga tradisional diatur dalam Undang-Undang (UU) Nomor 11 Tahun 2022 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. UU ini mencabut UU Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Olahraga tradisional dianggap sebagai bagian penting dari kebudayaan nasional dan perlu dibina dan dikembangkan.

Permainan merupakan salah satu hal yang sangat disukai oleh anak, banyak jenis permainan yang seringkali dimainkan oleh anak-anak. Pada umumnya permainan memiliki 2 jenis yaitu permainan modern dan permainan tradisional. Permainan tradisional yang merupakan satu dari sekian banyak warisan budaya bangsa mulai hilang dan lambat laun semakin tidak terdeteksi

keberadaannya akibat dari globalisasi yang memunculkan permainan baru yang lebih canggih. Permainan tradisional yang merupakan salah satu kearifan lokal bangsa yang saat ini mulai terkikis zaman mulai kembali dimunculkan dan sedang berusaha dipertahankan keberadaannya.

Nilai-nilai budaya yang terkandung didalam bentuk olahraga tradisional adalah penghargaan pada usaha yang keras untuk mencapai prestasi yang unggul, penghargaan pada prestasi orang lain, pesaing, ikatan kelompok, religiusitas dan lain-lain. Kegitaan yang terarah atau terstruktur dalam bidang olahraga tradisional mempunyai peluang untuk di fungsikan sebagai sarana pembentukan kepribadian bangsa yang baik, dan sebaliknya tradisi-tradisi yang membelkrikan pembenaran kepada solidaritas kelompok yang sempit sebaiknya mendapatkan upaya bersama untuk ditinjau ulang guna mencari substitusi yang dapat membalikkannya menjadi nilai-nilai yang positif.

Berat rintangan persyaratan tekni terdiri dari berbagi bentuk olahraga tradisional di indonesia sangat bervariasi. Persyaratan teknik yang ada di dalam olahraga tradisional itu di antaranya: kekuatan tubuh, kelenturan tubuh, kecepatan gerak dan kemampuan reaksi (kecepatan dan ketepatan). Hakekat keterlibatan seseorang dalam melakukan aktivitas jasmani yaitu memenuhi kebutuhannya baik sebagai individu maupun makhluk sosial. Kebutuhan itu ialah gerak yang spesifik yang dilakukan secara sadar dan bertujuan. Bergerak itu merupakan kebutuhan dasar. Karena bergerak manusia mampu bertahan hidup dan melalui geraklah manusia dapat mencapai beberapa tujuan seperti pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan sosial. Memelihara gerak adalah mempertahankan hidup, dan meningkatkan kualitas hidup. Apabila manusia kekurangan gerak maka manusia akan mengalami berbagai keterbatasan fisik, mental dan sosial. Kurangnya pengetahuan siswa mengenai permainan tradisional, seperti definisi, jenis, dan nilai-nilai luhurnya, Siswa jarang bermain permainan tradisional karena beralih ke permainan modern seperti gadget, sepeda, dan sepatu roda, Pembelajaran permainan tradisional hanya dijelaskan sesuai kompetensi dasar yang ada pada kurikulum, Kurangnya keaktifan belajar siswa pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK).

Metode Penelitian

Metode audio visual adalah metode pembelajaran yang menggabungkan unsur suara dan gambar untuk menyampaikan informasi. Metode ini dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran karena melibatkan dua Indera, yaitu pendegaran dan penglihatan. Metode audio visual dapat digunakan dalam berbagai bentuk, seperti: media audio visual diam, yaitu media yang dapat menampilkan suara dan gambar diam, seperti foto slide yang dikombinasikan dengan suara media audio visual Gerak, yaitu media yang menampilkan gambar bergerak. Seperti film, video, dan presentasi interaktif. Sumber Sejarah audio visual, yaitu bahan yang menggabungkan audio dan video untuk mengetahui, menganalisis, atau mengajarkan fakta Sejarah, video pembelajaran, podcast, video documenter, simulasi, media interaktif seperti aplikasi atau situs web edukatif, E-book. Penelitian menunjukkan bahwa metode audio visual efektif dalam meningkatkan pengalaman belajar, daya ingat, dan hasil belajar siswa. Penggunaan media ini dapat membuat pembelajaran lebih menarik, interaktif, dan memotivasi siswa. Selain itu, media audio visual juga membantu siswa memahami materi lebih mudah dan cepat.

Penelitian tentang “Penggunaan media audio visual dalam proses pembelajaran bagi peserta didik” telah banyak dilakukan oleh peneliti lain. Sehingga data dan informasi mengenai media audio visual banyak tersedia. Dalam dunia pendidikan di era globalisasi sekarang ini pembelajaran memerlukan media untuk membantu pendidik dalam memberikan materi yang di ajarkan. Salah satu media yang di perlukan ialah media audio visual. Namun, untuk mencapai potensi maksimal dari penggunaan media audio visual, pendidik perlu memahami karakteristik peserta didik, materi pembelajaran, dan tujuan instruksional. Integrasi media harus dilakukan secara bijaksana dan sesuai dengan konteks pembelajaran agar dapat memberikan dampak yang positif. Oleh karena itu, dalam konteks pembelajaran modern, penerapan media audio visual menjadi sebuah kebutuhan yang tidak dapat diabaikan untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang dinamis dan inovatif.

Tabel 1 Nilai presentase dari analisis data yaitu: 60% - 90%

Kriteria	Presen tase
1. Tidak baik	
2. Kurang baik	
3. Baik	
4. Sangat baik	

Hasil Penelitian

Berdasarkan lembar observasi, terjadi peningkatan signifikan dalam keaktifan siswa:

- 85% siswa fokus saat menonton video.
- 80% siswa terlibat aktif dalam diskusi.
- 90% siswa mengikuti praktik permainan dengan penuh antusiasme.
- Hanya 10% siswa yang terlihat pasif atau kurang berpartisipasi.

Hasil ini membuktikan bahwa media video visual dapat menjadi alat pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan partisipasi aktif siswa, sebagaimana ditegaskan oleh Sudarsini (2013) bahwa pembelajaran berbasis visual dapat memotivasi siswa untuk berpartisipasi secara aktif. Setelah pembelajaran, dilakukan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa:

- Nilai rata-rata posttest: 82,6 (kategori Baik).
- Persentase kategori Baik/Sangat Baik: 88%.
- Peningkatan rata-rata nilai: 20,2 poin atau 32,4% dari nilai awal.

Tabel 2 perbandingan hasil pretest dan posttest:

Kategori Penilaian	Pretest (%)	Posttest (%)	Peningkatan
Tidak Baik	12	0	-12
Kurang Baik	60	12	-48
Baik	20	48	+28
Sangat Baik	8	40	+32

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran permainan olahraga tradisional dengan menggunakan metode video visual mampu meningkatkan pengetahuan siswa di SMP Negeri 18 Kota Bengkulu secara signifikan. Peningkatan ini dapat dilihat dari hasil pretest dan posttest yang menunjukkan selisih rata-rata sebesar 20,2 poin atau peningkatan 32,4%.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data, serta pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa.

a. Kondisi Awal Pengetahuan Siswa

Sebelum perlakuan, pengetahuan siswa tentang permainan olahraga tradisional di SMP Negeri 18 Kota Bengkulu tergolong Kurang Baik, dengan nilai rata-rata 62,4. Mayoritas siswa belum memahami secara lengkap sejarah, aturan main, teknik dasar, dan manfaat permainan tradisional.

b. Efektivitas Metode Video Visual

Penggunaan metode video visual terbukti efektif meningkatkan pengetahuan siswa. Metode ini memadukan unsur audio dan visual, memungkinkan siswa memahami materi lebih cepat, mengingatnya lebih lama, dan mengurangi miskonsepsi saat praktik.

c. Peningkatan Partisipasi Siswa

Metode video visual mendorong keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran. Data observasi menunjukkan peningkatan antusiasme: 85% fokus saat menonton video, 80% aktif dalam diskusi, dan 90% terlibat penuh dalam praktik.

d. Peningkatan Pengetahuan

Setelah pembelajaran dengan metode video visual, nilai rata-rata posttest siswa meningkat menjadi 82,6 (kategori Baik), dengan kenaikan sebesar 20,2 poin atau 32,4% dari nilai awal. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh positif yang signifikan dari metode pembelajaran ini.

e. Dampak terhadap Pelestarian Budaya

Selain meningkatkan pengetahuan, metode ini berkontribusi dalam memperkenalkan dan melestarikan permainan tradisional di kalangan siswa, sekaligus menanamkan nilai sportivitas, kerja sama, dan kebanggaan terhadap warisan budaya lokal.

Daftar Pustaka

- Devi Primawati Susanti, 2014 Dampak permainan tradisional kelompok terhadap perubahan perilaku sosial siswa Tunarungu Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu
- Defdiknas. olahraga tradisional. jakarta : 2002.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa,

- kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka, 1988), hlm. 232
- Benny A. Pribadi, *Media Dan Teknologi Dalam Pembelajaran* (Jakarta: KENCANA, 2017), hlm. 223-229
- Euis Kurniati, *Permainan Tradisional dan Perannya dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak* (Jakarta:KENCANA, 2016),
- ja'far, Yanto, Yosep, "Penciptaan Buku Ilustrasi Permainan Tradisional Sebagai Upaya Pelestarian Warisan Budaya Lokal." *ART NOUVEAU*, Volume 3, No.1, 2014.
- Iskandar, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Gaung Persada, 2009)
- Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000)cet. 18, h.54 Ibid.
- Afifuddin dan Beni Ahmad Saebani, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PustakaSetia, 2009) cet.1, h.887Ibid., h.89
- Uhar Suharsaputro, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan Tindakan* (Bandung: Rafika Aditama, 2012) 218-219
- Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007),320.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D* (Bandung: Elfabeta, 2007) 270-273.
- Afifuddin, & Saebani, B. A. (2009). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia.
- Arsyad, A. (2010). *Media pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Benny, A. P. (2017). *Media dan teknologi dalam pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Defdiknas. (2002). *Olahraga tradisional*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Euis, K. (2016). *Permainan tradisional dan perannya dalam mengembangkan keterampilan sosial anak*. Jakarta: Kencana.
- Hanafi, et al. (2014). *Pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan anak*. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(1), 21–29.
- Iskandar. (2009). *Metodologi penelitian kualitatif*. Jakarta: Gaung Persada.
- Ja'far, Y., & Yosep. (2014). *Penciptaan buku ilustrasi permainan tradisional sebagai upaya pelestarian warisan budaya lokal*. *Art Nouveau*, 3(1).
- Lexy, J. M. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mayer, R. E. (2009). *Multimedia learning* (2nd ed.). New York: Cambridge University Press.
- Ontong, R. (2013). *Permainan tradisional dan pengembangan karakter anak*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Putra, A., dkk. (2021). Efektivitas media visual terhadap pembelajaran permainan tradisional di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 6(2), 2085–2095.
- Sudarsini. (2013). *Permainan tradisional sebagai media pembelajaran pendidikan jasmani*. Malang: UM Press.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Uhar, S. (2012). *Metode penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan tindakan*. Bandung: Rafika Aditama.