

MEMBENTUK KARAKTER ANAK DENGAN OLAHRAGA TRADISIONAL

*Zen Fadli**

Abstrak: Kecanggihan teknologi saat telah membawa banyak perubahan yang sangat masif bagi kehidupan manusia. Kecanggihan teknologi juga berdampak pada pola kehidupan anak masa kini, dimana mereka saat ini lebih senang bermain game sebagai salah satu kegiatan setelah mereka sekolah, dengan menyuguhkan game yang praktis dan membuat ketagihan serta bagi orang tua dijadikan alternative untuk dapat menenangkan anak ketika mereka rewel juga sebagai pengukur tingkat sosialita anak. Seperti game online, playstation, ninetendo, hingga gadget yang makin populer dikalangan anak-anak dan orang tua. Permainan tersebut tanpa disadari dapat menjadikan anak pribadi yang tertutup dan tidak peka terhadap lingkungan sekitar hingga menjadikan dia seorang yang individualis. Olahraga tradisional dapat membentuk karakter seperti disiplin, kerja sama, tanggung jawab, kepemimpinan, menghargai orang lain, percaya diri, dan jujur

Kata Kunci: *Karakter, Olahraga Tradisional*

PENDAHULUAN

Di era teknologi canggih seperti saat ini, banyak anak yang menghabiskan waktunya untuk bermain di warung-warung internet, hanya untuk bermain game online. Tidak jarang dijumpai kebanyakan mereka adalah siswa sekolah dasar. Dengan adanya teknologi canggih mereka lebih banyak menghabiskan waktunya hanya untuk bermain game baik di warung-warung internet, maupun dengan menggunakan gadget. Hal ini menimbulkan permasalahan baru, dimana permainan tersebut tanpa disadari dapat menjadikan anak memiliki pribadi yang tertutup dan tidak peka terhadap lingkungan sekitar hingga menjadikan dia seorang yang individualis. Sifat yang demikian akan membentuk karakter yang tidak baik dan tidak dianjurkan untuk diajarkan secara berlebihan dari lingkungan keluarga maupun lingkungan pendidikan, dan mengganggu perkembangan motorik anak.

Pada tahun 90-an permainan olahraga tradisional di indonesia sangat populer. Namun, seiring berjalannya waktu dan teknologi, keberadaan permainan olahraga tradisional sudah hilang bagaikan ditelan bumi. Padahal kita ketahui bahwa olahraga permainan tradisional ini memiliki manfaat dalam membentuk karakter anak, seperti kerjasama, kejujuran, disiplin, tanggung jawab dan yang terpenting anak bisa mengembangkan sosialisasi mereka terhadap orang lain.

* *Penulis adalah Staf Edukatif Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED*

Pengaruh *game online* yang berlebihan terhadap aktifitas remaja yaitu lebih membuang waktunya untuk bermain dan lebih banyak menghabiskan waktunya di wamet hanya untuk bermain *game online*, bahkan bermain judi *online* bukan. Dan *game online* menyebabkan anak-anak lebih suka berinteraksi di dunia maya dari pada lingkungan yang sesungguhnya. Mereka bukan mencari informasi yang bisa menjadikan mereka semakin maju. Bahkan banyak terlihat pelajar yang berani bolos sekolah dan menghabiskan waktu mereka di wamet padahal jam pembelajaran sekolah di sekolah masih berlangsung, hal ini diperkuat dari razia-razia yang di lakukan oleh Polisi dan SATPOL PP di warnet-warnet di kota Medan, sedikitnya terdapat 20 siswa yang terjaring razia untuk daerah Letda Sujono dan Mandala by Pass . Bisa kita hitung sendiri berapa jumlah siswa yang terjaring razia apabila pihak kepolisian melakukan razia pelajar yang bolos sekolah untuk semua wilayah se-kota Medan. Pengaruh dari keberadaan *game online* ini tidak menutup kemungkinan bahwa anak akan melupakan permainan tradisional yang merupakan salah satu budaya yang kita miliki.

Dari data di atas bisa kita lihat bahwasanya begitu besar pengaruh karakter yang tidak ditanamkan dari kecil, sehingga terbangun karakter yang tidak baik dan membahayakan terhadap perkembangan kejiwaan seseorang anak. Itu terlihat dengan karakter pelajar yang sudah semakin rusak. Jika karakter anak sudah rusak maka bukan saja berdampak negatif pada diri dan keluarganya, tetapi akan berdampak juga untuk negaranya. Karena karakter suatu pemuda bisa menggambarkan watak dari suatu bangsa. Rusaknya karakter para remaja khususnya pelajar di kota Medan semakin di perparah akibat dari kurangnya perhatian orang tua terhadap anak. Padahal perhatian orang tua terhadap anak merupakan salah satu faktor penentu untuk keberhasilan anak. Sekarang ini banyak kita jumpai anak yang memiliki IQ yang bagus tetapi memiliki karakter yang tidak mendukung.

Permasalahan karakter ini harus menjadi perhatian kita semua dan tidak bisa kita biarkan, pembentukan karakter ini harus di mulai sejak usia sekolah dasar. Yang dimulai dari lingkungan keluarga dan sekolah pendidikan anak usia sekolah dasar. Karena pada saat anak berumur 1 sampai 10 tahun merupakan masa anak-anak memiliki keingintahuan yang luas dan penanaman sifat yang baik agar anak berkembang dengan baik dan memiliki sifat yang baik. Dari kondisi di atas bahwa olahraga permainan tradisional dapat dihidupkan kembali, karena dapat berdampak positif dan sebagai pelestarian budaya bangsa yang berbudi dan bermaratabat. Sehingga kita dapat membentuk karakter anak sekaligus melestarikan budaya yang telah kita miliki sejak dulu. Penulis berharap dengan adanya karya tulis ini bisa memberikan sumbangan pemikiran dalam rangka pembentukan karakter anak dan pelestarian budaya khususnya di kota medan.

Pengertian Karakter

Menurut Sigmund Freud, "*character is a striving system which underly behavior*". Maksudnya, karakter dapat diartikan sebagai kumpulan tata nilai yang mewujud dalam satu sistem daya juang yang melandasi pemikiran, sikap, dan perilaku. Menurut Soemamo Soedarsono: "karakter merupakan nilai-nilai yang terpatri dalam

diri kita melalui pendidikan, pengalaman, percobaan, pengorbanan, dan pengaruh lingkungan, dipadukan dengan nilai-nilai dari dalam diri manusia menjasi semacam nilai intrinsik yang mewujud dalam sistem daya juang, melandasi pemikiran, sikap, dan perilaku kita”. Pengertian karakter dalam agama islam lebih dikenal dengan istilah *akhlak*. Seperti yang dikatakan oleh Imam Al-Ghazali, “Akhlak adalah sifat yang tertanam/menghujam di dalam jiwa dan dengan sifat itu seseorang akan secara spontan dapat dengan mudah memancarkan sikap, tindakan, dan perbuatan”. Jika dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia belum dimasukkan kata karakter, yang ada adalah kata “watak” yang diartikan sebagai sifat batin manusia yang mempengaruhi segenap pikiran dan tingkah laku, budi pekerti, tabiat.

Permainan Tradisional

Menurut Sukirman (2004), permainan tradisional anak merupakan unsur kebudayaan, karena mampu memberi pengaruh terhadap perkembangan kejiwaan, sifat, dan kehidupan sosial anak. Permainan tradisional anak ini juga dianggap salah satu unsur kebudayaan yang member ciri khas pada satu kebudayaan tertentu. Oleh karena itu, permainan tradisional merupakan aset budaya, yaitu modal bagi suatu masyarakat untuk mempertahankan eksistensi dan identitasnya di tengah masyarakat lain. Permainan tradisional bisa bertahan atau dipertahankan karena pada umumnya mengandung unsur-unsur budaya dan nilai-nilai moral yang tinggi, seperti: kejujuran, kecakapan, solidaritas, kesatuan dan persatuan, keterampilan dan keberanian. Sehingga, dapat pula dikatakan bahwa permainan tradisional dapat dijadikan alat pembinaan nilai budaya pembangunan kebudayaan nasional Indonesia. (Depdikbud, 1996).

Permainan tradisional sesungguhnya sama tuanya dengan usia kebudayaan kita. Mereka adalah bagian yang tak terpisahkan dari kebudayaan tersebut. Indonesia yang sangat kaya dengan berbagai budaya peninggalan leluhur sangat kaya dengan ragam permainan tradisional. Permainan tradisional mengajarkan anak untuk berkreasi. Pada beberapa macam permainan dibutuhkan sarana dan prasarana pendukung, sehingga anak didorong untuk kreatif menciptakan alat-alat permainan tersebut seperti egrang dari bambu, mobil-mobilan dari kulit jeruk. Permainan tradisional juga mengajarkan nilai-nilai kerja sama sportifitas, kejujuran dan kreatifitas. Permainan yang dilakukan secara berkelompok mengajarkan anak-anak untuk bersosialisasi dan menjalin kerja sama di antara teman. Sementara game-game modem tidak mengajarkan hal-hal tersebut. Permainan modem berbasis computer membuat anak cenderung asosial karena memang cukup dimainkan seorang diri di depan computer. Belum lagi beberapa permainan yang terkadang mengandung muatan negatif, seperti unsur-unsur kekerasan dan sadisme juga pomografi. Dari segi kesehatan, disinyalir duduk bejam-jam di depan computer juga dipercaya mampu menyebabkan obesitas pada anak.

Beberapa faktor berikut mungkin dapat menjelaskan mengapa permainan tradisional sedikit demi sedikit semakin tergerus dan ditinggalkan oleh adik-adik kita:

1. Arus globalisasi dan perkembangan teknologi melahirkan dan menyuguhkan berbagai permainan elektronik yang dianggap lebih menarik dan variatif seperti: play station, Nintendo, robot-robotan, mobil remote, dll. Munculnya

TV dan internet juga membuat anak senang berlama lama duduk di depan layar tanpa melakukan aktivitas lain.

2. Tidak adanya pengenalan dan pengetahuan dari orang tua terhadap anak mereka tentang permainan tradisional karena kesibukan orang tua di dalam pekerjaan. Bahkan terkadang orang tua lebih suka anak mereka bermain dengan layar dan barang elektronik yang berbasis IT, alasannya agar anak lebih betah dirumah.
3. Berbagai fasilitas-fasilitas yang menyenangkan dan lebih menjanjikan. Dengan adanya fasilitas-fasilitas tersebut anak akan lebih suka dengan sesuatu yang bersifat praktis.
4. Ketiadaan lahan untuk bermain yang tergusur oleh bangunan-bangunan perkotaan menyebabkan anak harus bermain di dalam ruangan.

Sebagaimana kita ketahui Indonesia mempunyai banyak sekali permainan tradisional, di setiap daerah pasti mempunyai permainan tradisional. Begitu banyaknya permainan tradisional di Indonesia dan begitu banyaknya manfaat yang dapat diambil dari permainan-permainan tersebut. Berikut beberapa macam permainan tradisional Indonesia.

Congklak

Permainan congklak merupakan permainan yang dimainkan oleh dua orang. Alat yang digunakan terbuat dari kayu atau plastik berbentuk mirip perahu dengan panjang sekitar 75 cm dan lebar 15 cm. Pada kedua ujungnya terdapat lubang yang disebut induk. Diantar keduanya terdapat lubang yang lebih kecil dari induknya berdiameter kira-kira 5 cm. Setiap deret berjumlah 7 buah lubang. Pada setiap lubang kecil tersebut diisi dengan kerang atau biji-bijian sebanyak 7 buah. Cara bermainnya adalah dengan mengambil biji-bijian yang ada di lubang bagian sisi milik kita kemudian mengisi biji-bijian tersebut satu persatu ke lubang yang dilalui termasuk lubang induk milik kita (lubang induk sebelah kiri) kecuali lubang induk milik lawan, jika biji terakhir jatuh di lubang yang terdapat biji-bijian lain maka biji tersebut diambil lagi untuk diteruskan mengisi lubang-lubang selanjutnya. Begitu seterusnya sampai biji terakhir jatuh ke lubang yang kosong. Jika biji terakhir tadi jatuh pada lubang yang kosong maka giliran pemain lawan yang melakukan permainan. Permainan ini berakhir jika biji-bijian yang terdapat di lubang yang kecil telah habis dikumpulkan. Pemenangnya adalah anak yang paling banyak mengumpulkan biji-bijian ke lubang induk miliknya. Permainan ini merupakan sarana untuk mengatur strategi dan kecermatan.

Manfaat bermain congklak: melatih kemampuan manipulasi motorik halus, melatih konsentrasi, mendidik sifat sportifitas anak, melatih kemampuan mengatur strategi, sarana belajar berhitung, melatih koordinasi 2 sisi tubuh.

Galah Asin (Gobak Sodor)

Galah Asin atau di daerah lain disebut Galasin atau Gobak Sodor adalah sejenis permainan daerah dari Indonesia yang saat ini masih dapat kita jumpai

dimainkan anak-anak SD. Permainan ini adalah sebuah permainan grup yang terdiri dari dua grup, di mana masing-masing tim terdiri dari 3-5 orang. Inti permainannya adalah menghadang lawan agar tidak bisa lolos melewati garis ke baris terakhir secara bolak-balik, dan untuk meraih kemenangan seluruh anggota grup harus secara lengkap melakukan proses bolak-balik dalam area lapangan yang telah ditentukan.

Permainan ini biasanya dimainkan di lapangan bulu tangkis dengan acuan garis-garis yang ada atau bisa juga dengan menggunakan lapangan segiempat dengan ukuran 9 x 4 m yang dibagi menjadi 6 bagian. Garis batas dari setiap bagian biasanya diberi tanda dengan kapur. Anggota grup yang mendapat giliran untuk menjaga lapangan ini terbagi dua, yaitu anggota grup yang menjaga garis batas horisontal dan garis batas vertikal. Bagi anggota grup yang mendapatkan tugas untuk menjaga garis batas horisontal, maka mereka akan berusaha untuk menghalangi lawan mereka yang juga berusaha untuk melewati garis batas yang sudah ditentukan sebagai garis batas bebas. Bagi anggota grup yang mendapatkan tugas untuk menjaga garis batas vertikal (umumnya hanya satu orang), maka orang ini mempunyai akses untuk keseluruhan garis batas vertikal yang terletak di tengah lapangan. Permainan ini sangat mengasyikkan sekaligus sangat sulit karena setiap orang harus selalu berjaga dan berlari secepat mungkin jika diperlukan untuk meraih kemenangan.

Kelereng

Kelereng (atau dalam bahasa Jawa disebut *nekeran*) adalah mainan kecil berbentuk bulat yang terbuat dari kaca, tanah liat, atau agate. Ukuran kelereng sangat bermacam-macam. Umumnya *Vi inci* (1.25 cm) dari ujung ke ujung. Kelereng dapat dimainkan sebagai permainan anak, dan kadang dikoleksi, untuk tujuan nostalgia dan wamanya yang estetik. Manfaat bermain kelereng:

- a Mengatur Emosi: Bermain kelereng sangat menyenangkan bagi anak. Kesenangan inilah yang memunculkan unsur relaks yang membantu anak keluar sebentar dari rutinitasnya sehari-hari untuk "me-recharge" kembali baterai energinya. Bila energinya sudah kembali penuh, tentu baik sebagai persiapan menghadapi hal-hal yang serius, seperti belajar.
- b Melatih Kemampuan Motorik: Kegiatan-kegiatan dalam permainan ini, seperti melempar dan menyentil kelereng, dapat melatih keterampilan motorik halus dan kasar di usia sekolah.
- c Melatih Kemampuan Berfikir (Kognitif): Kemampuan berpikir anak ikut dirangsang dalam permainan ini. Misalnya, jika ia ingin memenangkan permainan maka harus memecahkan masalah dan menggunakan strategi dengan menggunakan teknik-teknik tertentu.
- d. Kemampuan Berkompetensi: Keberhasilan anak menjalani suatu teknik yang lantas memperoleh tanggapan dari para lawannya merupakan hadiah tersendiri bagi anak. Adanya perasaan bersaing di usia sekolah sangat penting untuk membentuk perasaan harga diri.
- e. Kemampuan Sosial: Yang paling penting dari kegiatan bermain adalah bagaimana anak mampu menjalin pertemanan dengan kawan mainnya
- f. Bersikap Jujur: Anak juga punya kesempatan mengembangkan karakter dan

kepribadian yang positif ketika bermain, seperti pentingnya kejujuran.

Kasti/ Gebokan

Kasti atau Gebokan merupakan sejenis olahraga bola. Permainan yang dilakukan 2 kelompok ini menggunakan bola tenis sebagai alat untuk menembak lawan dan tumpukan batu untuk disusun. Siapapun yang berhasil menumpuk batu tersebut dengan cepat tanpa terkena pukulan bola adalah kelompok yang memenangkan permainan. Pada awal permainan, ditentukan dahulu kelompok mana yang akan menjadi penjaga awal dan kelompok yang dikejar dengan suit. Kelompok yang menjadi penjaga harus segera menangkap bola secepatnya setelah tumpukan batu rubuh oleh kelompok yang dikejar. Apabila bola berhasil menyentuh lawan, maka kelompok yang anggotanya tersentuh, bola menjadi penjaga tumpukan batu. Kerjasama antaranggota kelompok sangat dibutuhkan seperti halnya olahraga softball atau baseball.

Lompat Tali

Permainan lompat tali adalah permainan yang menyerupai tali yang disusun dari karet gelang, ini merupakan permainan yang terbilang sangat populer sekitar tahun 70-an sampai 80-an, menjadi favorit saat “keluar main” di sekolah dan setelah mandi sore di rumah. Sederhana tapi bermanfaat, bisa dijadikan sarana bermain sekaligus olahraga.

Manfaat lompat tali:

- **Motorik Kasar:** Main lompat tali merupakan suatu kegiatan yang baik bagi tubuh. Secara fisik anak jadi lebih terampil, karena bisa belajar cara dan teknik melompat yang dalam permainan ini memang memerlukan keterampilan sendiri. Lompat tali juga dapat membantu mengurangi obesitas pada anak.
- **Emosi:** Untuk melakukan suatu lompatan dengan ketinggian tertentu dibutuhkan keberanian dari anak. Berarti, secara emosi ia dituntut untuk membuat suatu keputusan besar, mau melakukan tindakan melompat atau tidak.
- **Ketelitian dan Akurasi.** Anak juga belajar melihat suatu ketepatan dan ketelitian.
- **Sosialisasi:** Untuk bermain tali secara berkelompok, anak membutuhkan teman yang berarti memberi kesempatannya untuk bersosialisasi sehingga ia terbiasa dan nyaman dalam kelompok.
- **Intelektual:** Saat melakukan lompatan, terkadang anak perlu berhitung secara matematis agar lompatannya sesuai dengan jumlah yang telah ditentukan dalam aturan permainan.
- **Moral:** Dalam permainan tradisional mengenal konsep menang atau kalah. Namun, menang atau kalah tidak menjadikan para pemainnya bertengkar, mereka belajar untuk bersikap sportif dalam setiap permainan.

Ular Naga

Permainan ini dimainkan secara berkelompok dua orang anak menjaga gerbang dan sisanya membentuk barisan seperti ular. Sambil menyanyikan lagu kelompok yang membentuk barisan seperti ular berputar sambil melewati terowongan atau gerbang yang dijaga dua orang tersebut, dan ketika lagunya habis dua penjaga gerbang menangkap salah satu anak untuk dijadikan penjaga berikutnya, dan si anak tersebut memilih untuk ditempatkan di salah satu gerbang dan seterusnya. Berikut lagu ular naga yang dinyanyikan “Ular naga panjangnya bukan kepalang, Menjalajar selalu kian kemari, Umpan yang lezat itulah yang dicari, Ini dianya yang terbelakang” tentu saja lagunya bisa diganti sesuai kesepakatan pemain.

Olahraga tradisional sangat cocok diterapkan untuk anak sebagai media pembentuk karakter dan sekaligus pengenalan budaya yang ada di Indonesia. Pada hakekatnya permainan tradisional dimainkan secara berkelompok, hal ini dapat membentuk karakter anak yang berjiwa sosial. Selain beberapa contoh yang telah disebutkan di atas masih banyak lagi macam-macam permainan tradisional di Indonesia lainnya yang harus kita jaga dan kita lestarikan. Selain menyenangkan olahraga tradisional juga membawa kegembiraan untuk anak, yang tanpa mereka sadari jika mereka sudah diajarkan bagaimana untuk disiplin, bekerja sama, menghargai kawan, tanggung jawab dan masih banyak lagi.

Alasan mengapa kita memberikan permainan tradisional ini kepada anak SD karena dengan diterapkannya kurikulum 2013 maka dengan adanya permainan tradisional bisa menuntun anak agar memiliki kekreatifitasan yang tinggi dan karakter yang bagus. Selain itu juga anak bisa mengetahui permainan-permainan apa saja yang dimiliki oleh daerah lain yang nantinya bisa mereka adopsi pada saat mereka melanjut ke jenjang sekolah yang berikutnya. Permainan tradisional ini juga bisa sebagai alat pemersatu, sehingga harus kita perkenalkan mulai sejak dini. Jangan sampai budaya yang sudah ada rusak akibat kecanggihan teknologi.

PENUTUP

Olahraga tradisional merupakan sarana yang cocok digunakan untuk membentuk karakter anak sejak anak usia dini, selain itu anak-anak akan mengetahui apa-apa saja budaya yang ada di Indonesia sehingga kebudayaan di Indonesia tidak hilang begitu saja. Olahraga tradisional ini bisa mengajarkan anak bagaimana untuk memiliki jiwa dan sosial yang baik. Pembinaan karakter ini harus dimulai sejak dini karena pada fase ini hati anak masih lembut sehingga kita masih mudah menanamkan hal-hal yang positif sehingga dengan sendirinya akan membentuk karakter anak kearah yang lebih bagus, kalau karakter anak sudah bagus maka anak akan lebih siap menerima perubahan zaman dan lingkungannya. Adapun karakter yang bisa dibentuk dari olahraga tradisional adalah, disiplin, kerja sama, tanggung jawab, kepemimpinan, menghargai orang lain, percaya diri, dan jujur.

DAFTAR PUSTAKA

- Dahramamulya, Sukirman (2005) *Permainan Tradisional Jawa*, Purwangan, Keppel Press
- Rusli Ibrahim (2001). *Pendidikan Jasmani dan Perilaku Sosial*, Depdiknas
- Rusli Lutan, (1997). *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, Jakarta : DITJEN DIKTI
- Supandi dan L. Seba. (1983). *Teori Belajar Mengajar Motorik*. FPOK –IKIP