

**NILAI KARAKTER DAN UNSUR KEBUGARAN DALAM PERMAINAN  
TRADISIONAL BENGKULU: STUDI KASUS TUTOR GALA DAN  
PERMAINAN TRADISIONAL ACO**

**Iwin Pebrisen<sup>1</sup>, Endang Sri Hanani<sup>2</sup>, Bambang Priyono<sup>3</sup>**  
Universitas Negeri Semarang<sup>1,2,3</sup>  
iwinpebrisen24@gmail.com<sup>1</sup>

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis muatan nilai karakter dan unsur kebugaran dalam permainan tradisional Tutor Gala dan Aco pada masyarakat Kedurang, Bengkulu Selatan. Penelitian dilakukan dengan metode kualitatif pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan dengan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi dan dianalisis dengan menggunakan model interaktif. Adapun hasil penelitian adalah permainan tradisional Tutor Gala dan Aco merupakan permainan yang memuat/mengandung banyak nilai-nilai/karakter, khususnya nilai sportivitas, kejujuran, disiplin, kerjasama, demokratis dan kerja keras. Dari nilai - nilai yang ada tersebut, beberapa nilai yang sangat domiann adalah nilai kerjasama. Seterusnya ada juga nilai sportivitas, kejujuran, disiplin, demokratis dan kerja keras; permainan tradisional Tutor Gala dan Aco merupakan dua permainan tradisional yang banyak memuat unsur kebugaran, yakni berupa daya tahan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi. Simpulan, dari empat unsur kebugaran yang ada pada permainan tradisional Tutor Gala dan Aco tersebut, unsur yang paling dominan adalah kecepatan, daya tahan, kelincahan dan koordinasi.

Kata kunci : Kebugaran, Permainan Tradisional, Tutor Gala dan Aco

**ABSTRACT**

*This research aims to analyze the content of character values and fitness elements in the traditional games Tutor Gala and Aco in the Kedurang community, South Bengkulu. The research was conducted using a qualitative case study type method. Data was collected using observation, interview, and documentation techniques and analyzed using an interactive model. The research results are that the traditional Tutor Gala and Aco games contain many values/characteristics, especially sportsmanship, honesty, discipline, cooperation, democracy, and hard work. Of these existing values, one of the most dominant values is the value of collaboration. Next are the values of sportsmanship, honesty, discipline, democracy, and hard work. The traditional games Tutor Gala and Aco are two traditional games that contain many fitness elements, namely endurance, speed, agility, and coordination. In conclusion, of the four fitness elements in the conventional games Tutor Gala and Aco, the most dominant aspects are speed, endurance, agility, and coordination.*

*Keywords: Fitness, Traditional Games, Tutor Gala and Aco*

**PENDAHULUAN**

Kemajuan teknologi dan informasi di era industri 4.0 menuju 5.0 telah memberikan pengaruh dalam banyak bidang, termasuk aktivitas bermain anak-anak. Realita yang ada menunjukkan bahwa anak-anak dewasa ini lebih sering bermain permainan digital (game online) melalui media *hand phone*, *tablet*, dan *laptop* yang jika

ditinjau dari banyak aspek justru dapat berakibat negatif. Dari aspek kesehatan fisik, tidak sedikit jumlah anak-anak yang mengalami gangguan kesehatan (syaraf) yang diakibatkan oleh penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Akibatnya, banyak anak-anak yang mengalami gangguan pengelihatian (iritasi mata), sakit kepala dan lain-lain. Selain itu, *game online* juga menyebabkan orang kekurangan aktivitas gerak/fisik (jalan, lari, loncat dll) sehingga berakibat pada lemahnya daya tahan tubuh (gampang sakit, cepat lelah dan lain-lain). Begitu pula dari sisi perkembangan sosial dan emosial. Berbagai studi menunjukkan bahwa permainan *online* dapat menyebabkan anak-anak menjadi egois dan tidak memiliki jiwa sosial yang baik antar sesama. Akibatnya lebih jauh ialah anak-anak menjadi cepat marah, lebih agresif dan tidak memiliki kemampuan kolaborasi serta komunikasi yang baik (Setiono, 2021).

Berbeda dengan *game online*, ekesitensi permainan tradisional atau permainan rakyat justru sebaliknya. Jika dibandingkan dengan *game online* sebagaimana dijelaskan di awal, permainan tradisional memiliki banyak manfaat dan keunggulan. Hal ini karena secara alamiah permainan tradisional mampu menstimulasi berbagai aspek-aspek perkembangan anak, yaitu seperti motorik, kognitif, emosi, bahasa, sosial, spiritual, ekologis, dan nilai-nilai/moral (Misbach, 2006; Nurwiyanto et al., 2021; Susena et al., 2021). Selain itu, permainan tradisional juga menjadi baik bagi anak-anak karena memenuhi beberapa karakteristik bermain yang baik (*best playing*), yakni: dapat meningkatkan kemampuan *problem solving*; dapat menstimulasi perkembangan bahasa verbal; dapat mengembangkan keterampilan sosial; dan dapat menjadi wadah pengekspresian emosi (Komaini et al., 2021; Nur, 2013).

Sejumlah penelitian dengan fokus utama manfaat permainan tradisional telah dilakukan oleh para peneliti/akademisi/praktisi. Andriani, (2011), dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa salah satu permainan yang bisa digunakan dalam bermain anak usia dini adalah permainan tradisional karena mengandung banyak unsur manfaat dan persiapan bagi anak menjalani kehidupan bermasyarakat. Lebih lanjut dijelaskan bahwa manfaat permainan tradisional dalam membentuk karakter anak diantaranya yaitu kejujuran, sportivitas, kegigihan dan kegotong-royongan. Dengan permainan tradisional anak-anak bisa melatih kosenterasi, pengetahuan, sikap, keterampilan dan ketangkasan yang secara murni dilakukan oleh otak manusia.

Bengkulu merupakan daerah yang kaya akan permainan tradisional. Adapun diantara permainan tradisional yang masih cukup eksis ialah permainan tradisional Tutor Gala dan permainan tradisional Aco (Fajar et al., 1984; Silaen et al., 2022). Permainan tradisional Tutor Gala dan Aco merupakan jenis permainan yang dimainkan oleh anak berusia 10 hingga 16 tahun pada lapangan terbuka, luas dan bersih. Pada lapangan tersebut dibentuk (digaris) kotak segi empat yang dibagi menjadi delapan kotak dengan pola empat kota memanjang dari depan ke belakang (Fajar et al., 1984; Hidayah, 2022)

Permainan Tutor Gala dan Aco dimainkan oleh pemain yang berjumlah genap (umumnya 12 orang) yang dibagi menjadi dua kelompok dengan jumlah yang sama banyak. Dari dua kelompok tersebut, satu kelompok bertindak sebagai penjaga dan satu kelompok bertindak sebagai penyerbu/penyerang (Fajar et al., 1984; Qonitatin & Zulfa, 2021). Permainan Tutor Gala dan Aco dilaksanakan tanpa menggunakan alat, kecuali kapur, arang atau sejenisnya yang digunakan untuk membuat garis permainan sebelum dimulai. Dalam prakteknya, kelompok penjaga yang berada dalam kotak akan berusaha mengaja kotak dan menghalangi lawan agar tidak dapat melewati dan mencapai garis batas. Sebaliknya, kelompok penyerang akan berusaha untuk memasuki kotak hingga mencapai garis batas. Apabila penjaga berhasil menyentuh anggota dari kelompok

penyerang, kelompok penjaga dinyatakan menang dan maka permainan akan dimulai dari awal dengan posisi yang bergantian. Sebaliknya, jika kelompok penyerang berhasil menghindari penjagaan, maka merekalah yang akan dinyatakan sebagai pemenang permainan (Fajar et al., 1984)

Selama proses permainan berlangsung, para peserta, baik tim penjaga ataupun tim penyerang akan senantiasa terlibat aktif dalam bergerak, baik gerak maju-mundur, kesamping, berlari atau bahkan melompat guna untuk menghindari tangkapan lawan bagi tim penyerang serta untuk menangkap lawan bagi tim penjaga. Selain itu, masing-masing kelompok di bawah ketua kelompok masing-masing akan bekerjasama serta menyusun strategi bagaimana caranya untuk memenangkan permainan.

Dari uraian di atas dapat diperoleh informasi awal bahwa permainan tradisional Tutor Gala merupakan jenis permainan yang banyak mengandung unsur gerak atau aktivitas fisik dan kaya akan muatan nilai-nilai. Namun sejauh ini belum ada kajian yang secara mendalam mengidentifikasi nilai-nilai dan unsur kebugaran dalam permainan tradisional tersebut. Untuk itu, maka kajian ini akan secara khusus melakukan kajian tentang unsur nilai karakter dan kebugaran dalam permainan tradisional Tutor Gala dan Aco.

## **KAJIAN TEORI**

Permainan tradisional merupakan bagian dari kearifan lokal yang sejak dulu dilestarikan secara turun-temurun oleh nenek moyang hingga saat ini dapat tumbuh dan berkembang di lingkungan masyarakat (Sibarani, 2018). Kurniati, (2016), menyatakan bahwa permainan tradisional dapat memberikan stimulus pada anak dalam bekerja sama, gotong-royong, berinteraksi dengan lingkungan sekitar, mengontrol emosi, timbul sikap empati, menaati peraturan dan menghargai orang lain. Kebugaran jasmani juga akan diperoleh ketika bermain permainan tradisional. Karena permainan tradisional termasuk dalam olahraga ringan serta dapat meningkatkan kesehatan jasmani seseorang ketika melakukan aktivitas fisik dalam kegiatan sehari-hari, apabila kebugaran jasmani seseorang itu baik, maka dapat dipastikan bahwa orang tersebut kondisi tubuhnya sedang dalam keadaan yang sehat dan fit (Hadinata, 2018; Hartanto et al., 2021).

Ada berbagai macam permainan tradisional yang dimainkan oleh masyarakat di Bengkulu. Permainan tutor gala dan Aco adalah permainan tradisional yang ada di Bengkulu. Permainan tradisional Tutor Gala dan Aco merupakan jenis permainan yang dimainkan oleh anak berusia 10 hingga 16 tahun pada lapangan terbuka, luas dan bersih. Pada lapangan tersebut dibentuk (digaris) kotak segi empat yang dibagi menjadi delapan kotak dengan pola empat kota memanjang dari depan ke belakang (Fajar et al., 1984; Hidayah, 2022).

Permainan Tutor Gala dan Aco dimainkan oleh pemain yang berjumlah genap (umumnya 12 orang) yang dibagi menjadi dua kelompok dengan jumlah yang sama banyak. Dari dua kelompok tersebut, satu kelompok bertindak sebagai penjaga dan satu kelompok bertindak sebagai penyerbu/penyerang (Fajar et al., 1984; Qonitatin & Zulfa, 2021). Permainan Tutor Gala dan Aco dilaksanakan tanpa menggunakan alat, kecuali kapur, arang atau sejenisnya yang digunakan untuk membuat garis permainan sebelum dimulai.

## **METODELOGI PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yakni desain penelitian yang peneliti mengeksplorasi pengalaman nyata, kasus atau beragam kasus melalui pengumpulan data yang detail dan mendalam yang melibatkan beragam sumber informasi. Adapun dalam konteks penelitian ini, kasus atau fenomena khusus yang dimaksud ialah muatan nilai dan unsur kebugaran dalam permainan tradisional Tutor Gala dan Aco pada masyarakat Bengkulu. Permainan tradisional dapat dijadikan wadah dalam membentuk moral anak akan pentingnya nilai kepedulian, kejujuran, serta ketulusan. Permainan tradisional termasuk dalam ruang lingkup lingkungan sosial, sehingga ketika berinteraksi dengan orang lain, anak mampu berlatih untuk menunjukkan sikap disiplin, bersahabat, berkolaborasi dan bersaing dengan lingkungan tersebut.

Penelitian ini dilakukan pada siswa SMP di Kecatamatab Kedurang dan Kedurang Ilir (tiga SMP) selama bulan Agustus hingga September 2023. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara dan dokumentasi. Observasi dilakukan dengan melakukan pengamatan langsung segala proses permainan tradisional Tutor Gala dan Aco mulai dari persiapan hingga selesai. Adapun wawancara dilakukan terhadap siswa dan guru PJOK. Sementara dokumentasi dilakukan dengan mendokumentasikan proses permainan tradisional dalam bentuk video untuk kemudian dilakukan analisis. Adapun untuk analisis data, dilakukan dengan teknik analisis data kualitatif Milles and Huberman (*interactive model*) yang terdiri dari tiga tahapan, yakni: reduksi data; display data; dan penarikan kesimpulan.

## **HASIL PENELITIAN**

Sebagaimana dijelaskan pada pendahuluan bahwa penelitian ini akan membahas nilai dan unsur kebugaran dalam permainan tradisional Tutor Gala. Adapun uraian tentang masing-masing poin tersebut adalah sebagai berikut:

### **Nilai Karakter dalam Permainan Tradisional Tutor Gala dan Aco**

Olahraga secara umum dan pembelajaran PJOK secara khusus merupakan bidang yang memiliki orientasi ke arah nilai-nilai. Dari sejumlah literatur dijelaskan bahwa terdapat sejumlah nilai utama dalam olahraga, yakni sportivitas, kejujuran, disiplin, tanggung jawab, kerjasama, percaya diri, demokratis dan kerja keras. Adapun dari analisis dilakukan maka diperoleh hasil permainan tradisional Tutor Gala dan Aco memuat beberapa butir nilai sebagai berikut:

Pertama, nilai sportivitas. Secara sederhana sportivitas diartikan sebagai sikap adil terhadap lawan, mengakui keunggulan/kekuatan lawan dan kelemahan diri sendiri Pebrisen, (2017). Pada umumnya sikap sportivitas secara khusus ditujukan kepada atlet atau olahragawan. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa permainan tradisional Tutor Gala dan Aco memuat nilai/sikap sportivitas. Nilai sportivitas dalam permainan dapat dilihat dari adanya prinsip keadilan dalam proses bermain dan adanya unsur pembiasaan untuk mengakui keunggulan lawan. Prinsip keadilan dalam permainan Tutor Gala dan Aco dapat dilihat mulai dari awal membagi kelompok tim. Pada saat proses pembagian anggota kelompok, mekanisme yang digunakan biasanya adalah *suit* sehingga para peserta tidak bisa memilih anggota kelompok berdasarkan keinginan. Dari beberapa kelompok (2 hingga 4 kelompok setiap sekolah) dimana permainan dilaksanakan peneliti mengamati bahwa semua siswa menerima hasil pembagian kelompok (tidak ada yang protes). Dengan kata lain bahwa melalui permainan tradisional Tutor Gala dan Aco peserta dididik yang bermain

membiasakan diri untuk melaksanakan prinsip keadilan sebagai salah satu komponen penting dalam nilai sportivitas.

Selain itu, nilai sportivitas pada permainan tradisional Tutor Gala dan Aco juga dapat dilihat pada saat permainan selesai dilaksanakan dan diperoleh kelompok pemenang, dimana kelompok yang kalah dapat menerima kekalahan mereka tanpa melakukan protes atau menunjukkan rasa tidak terima dan kecewa. Dari observasi yang penulis lakukan pada beberapa kelompok bermain, semua kelompok yang kalah dapat menerima dan bahkan tidak menunjukkan rasa kecewa sedikitpun (baik terhadap kawan atau lawan). Dengan demikian maka dapat dikatakan bahwa secara tidak langsung permainan tradisional Tutor Gala dan Aco memuat/mengandung nilai-nilai sportivitas berupa menerima kekalahan dan mengakui keunggulan pihak lawan bermain.

Kedua, nilai kejujuran. Kejujuran dapat diartikan sebagai sikap yang mencerminkan kesesuaian antara perkataan dan perbuatan atau mengatakan sesuatu sesuai yang sebenarnya. Kejujuran merupakan salah satu nilai inti, tidak hanya dalam dunia olahraga namun juga dalam kehidupan sehari-hari. Dalam dunia olahraga, kejujuran merupakan salah satu nilai yang penting dimiliki dan diajarkan. Adapun pada permainan tradisional Tutor Gala dan Aco hasil analisis menunjukkan bahwa permainan Tutor Gala dan Aco memuat nilai karakter kejujuran.

Nilai kejujuran pada kedua permainan ini dapat di lihat dari dua indikator utama. Indikator pertama dapat dilihat dari peraturan permainan dan jalannya bermain yang menuntut peserta untuk menjalankan aturan main yang ditetapkan. Untuk peraturan bermain, baik Tutor Gala ataupun Aco pada dasarnya sangat memungkinkan siswa/peserta untuk berlaku curang (tidak jujur) seperti misalnya tidak mengakui telah keluar garis permainan. Selama observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tiga sekolah dan beberapa kelompok bermain (laki-laki dan perempuan) kasus seperti ini beberapa kali terjadi, dimana ada siswa/peserta yang dianggap telah keluar garis oleh lawannya namun tidak merasa telah keluar garis. Dengan demikian, maka permainan Tutor Gala dan Aco sangat menuntut para pemainnya untuk berlaku jujur dalam bermain. Begitu juga halnya dengan indikator kedua, permainan Tutor Gala dan Aco sangat menuntut peserta untuk dapat menyampaikan hasil secara apa adanya. Dari beberapa kasus pada saat observasi, sebagian besar peserta secara sadar menyampaikan hasil kepada lawan atau juri ketika melanggar peraturan atau ketika teratangkap. Namun ada juga beberapa kasus dimana ada peserta yang tidak menyampaikan hasil apa adanya. Dengan kata lain ada peserta yang berlaku tidak jujur sehingga pada saat sesi akhir permainan, guru memberikan penguatan betapa pentingnya kejujuran dalam bermain.

Ketiga, nilai disiplin. Secara sederhana disiplin diartikan sebagai sikap mental yang dengan kesadaran mematuhi perintah serta aturan atau ketentuan yang berlaku. Disiplin juga sering dikaitkan dengan tepat waktu. Adapun untuk permainan tradisional Tutor Gala dan Aco, penilaian/observasi dilakukan dengan menggunakan indikator apakah permainan menuntut siswa untuk dapat menaati sejumlah ketentuan atau peraturan permainan. Dari hasil observasi yang dilakukan, diperoleh data bahwa permainan tradisional Tutor Gala dan Aco merupakan permainan yang menuntut kepada peserta untuk dapat menaati peraturan permainan. Peraturan tersebut misalnya peserta tidak boleh keluar/melewati lapangan permainan dan lain-lain. Hanya saja jika dibandingkan dengan beberapa jenis permainan lainnya (tradisional atau modern) permainan Tutor Gala dan Aco tergolong permainan yang minim peraturan sehingga dapat dikatakan bahwa muatan nilai disiplin dalam kedua permainan ini tidak terlalu menonjol. Tidak menonjolnya nilai disiplin dalam permainan Tutor Gala dan Aco juga

didukung oleh realita bahwa dalam kedua jenis permainan tersebut tidak terdapat resiko yang bersifat fatal sehingga menuntut seseorang untuk sangat disiplin dalam bertindak.

Empat, nilai kerjasama. Nilai kerjasama merupakan salah satu nilai utama dalam dunia olahraga dan juga pembelajaran PJOK di SMP. Untuk melihat apakah di dalam permainan tradisional Tutor Gala dan Aco terdapat muatan nilai kerjasama, peneliti menggunakan satu indikator utama, yakni apakah permainan menuntut/membiasakan siswa untuk dapat bekerjasama dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Dari beberapa kali observasi yang dilakukan ketika siswa/peserta melakukan permainan, peneliti memperoleh data bahwa permainan Tutor Gala dan Aco merupakan permainan yang mengandung nilai kerjasama.

Muatan kerjasama dapat kedua permainan tersebut dapat dilihat dari beberapa hal, yakni: kedua jenis permainan (Tutor Gala dan Aco) adalah permainan yang sifatnya kelompok atau tim bukan permainan tunggal. Hal ini sebagaimana juga telah dijelaskan pada bab sebelumnya bahwa permainan tradisional Tutor Gala dan Aco dimainkan oleh anak-anak secara berkelompok dengan masing-masing anggota sekitar 6 orang; untuk memenangkan permainan anggota kelompok harus saling bekerjasama. Dalam permainan tradisional Tutor Gala dan Aco meskipun tidak pembagian tugas secara khusus sebagaimana permainan sepakbola, namun untuk memenangkan permainan masing-masing anggota harus dapat bekerjasama; dan kelompok dengan kerjasama yang baik pada umumnya akan memenangkan permainan. Hal ini dapat dilihat dari beberapa observasi yang dilakukan dimana tim dengan kerjasama/koordinasi antar anggota yang baik akan lebih muda dalam memenangkan permainan dibandingkan dengan tim yang seolah jalan sendiri.

Kelima, nilai demokratis. Demokratis secara umum dipahami sebagai cara berpikir, bersikap dan bertindak yang beranggapan bahwa hak dan kewajibannya sama dengan yang lainnya. Nilai demokratis pada umumnya dikaitkan dengan proses dalam mengambil keputusan melalui proses musyawarah. Oleh sebab itu, untuk menilai apakah terdapat unsur nilai demokratis dalam permainan tradisional Tutor gala dan Aco, penulis/peneliti menggunakan satu indikator utama, yakni apakah permainan memuat prinsip serta membiasakan siswa agar dapat menerima dan melaksanakan setiap hasil musyawarah atau keputusan bersama.

Berdasarkan observasi peneliti lakukan maka diperoleh data bahwa terdapat muatan nilai demokrasi dalam permainan Tutor gala dan Aco. Muatan nilai tersebut bukan nilai utama (dominan) tetapi nilai yang sifatnya hanya pelengkap yang dapat dijumpai pada saat proses pembagian kelompok bermain. Selbihnya, baik selama proses bermain atau setelahnya tidak ada ditemukan unsur nilai demokratis.

Keenam, nilai kerjakeras. Kerja keras adalah suatu sikap dan perilaku yang penuh semangat, pantang menyerah dalam mencapai target yang diinginkan. Dalam dunia olahraga atau permainan, target tersebut tentulah kemenangan. Adapun kerja keras dalam bermain ialah bagaimana seseorang berusaha untuk mencurahkan segenap kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan permainan secara baik. Dalam konteks permainan Tutor gala dan Aco hasil observasi menunjukkan bahwa kedua permainan ini menuntut kerja keras dari setiap pemain.

Dari uraian di atas, diperoleh hasil penelitian bahwa permainan tradisional Tutor gala dan Aco memuat beberapa nilai karakter, yakni nilai sportivitas, kejujuran, disiplin, kerjasama, demokratis dan kerja keras. Hanya saja kadar/level dari masing-masing nilai tersebut tidaklah sama. Ada beberapa nilai yang sangat menonjol dan

beberapa nilai lainnya hanya bersifat pelengkap. Untuk lebih lengkap dapat dilihat melalui table berikut ini:

Tabel 1.  
Deskripsi Nilai dalam Permainan Tradisional Tutor Gala dan Aco

No	Item Nilai	Description
1	Sportivitas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengakui keunggulan lawan.</li> <li>• Menerima keputusan.</li> </ul>
2	Kejujuran	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak berlaku curang.</li> <li>• Berkata jujur.</li> </ul>
3	Disiplin	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taat terhadap ketentuan atau peraturan.</li> </ul>
4	Kerjasama	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berkertjasama dalam mencapai tujuan.</li> <li>• Tidak egois (individualis).</li> </ul>
5	Demokratis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerima dan melaksanakan hasil kesepakatan bersama.</li> </ul>
6	Kerja Keras	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penuh semangat alam bermain</li> <li>• Pantang menyerah dalam meraih target.</li> </ul>

### Unsur Kebugaran dalam Permainan Tradisional Tutor Gala dan Aco

Sebagaimana dijelaskan dibagian sebelumnya, bahwa penelitian ini juga dilakukan untuk menganalisis unsur-unsur kebugaran yang terdapat di dalam permainan tradisional Tutor Gala dan Aco. Untuk memperoleh data tersebut, maka peneliti melakukan observasi secara langsung terhadap proses bermain Tutor Gala dan Aco oleh peserta didik di SMP Negeri di Kedurang Bengkulu Selatan.

Observasi dilakukan dengan terlebih dahulu menyusun instrument berupa lembar observasi. Instrument penelitian disusun berdasarkan indicator pada masing-masing unsur dalam kebugaran yang terdiri dari lima unsur utama, yakni daya tahan, kecepatan, kelincahan, koordinasi, dan kelentukan. Observasi pertama dilakukan terhadap permainan tradisional Tutor Gala di tiga SMP Negeri di Kedurang. Adapun berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka diperoleh data sebagai berikut ini:

*Pertama*, daya tahan. Daya tahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat melakukan aktivitas fisik dalam waktu tertentu secara baik (tidak kekelelahan). Dalam permainan Tutor Gala, daya tahan merupakan salah satu unsur penting karena permainan berlangsung cukup lama. Dengan kata lain bahwa melalui permainan tradisional Tutor Gala, para pemain akan terlibat dalam aktivitas fisik dalam waktu yang lama sehingga jika dilakukan secara rutin akan dapat meningkatkan daya tahan seseorang. Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan, lama waktu bermain totur Gala ialah antara 7 hingga 15 menit untuk satu kali permainan. Selama bermain para anggota/peserta akan terlibat dalam aktivitas fisik. Aktivitas fisik utama yang dilakukan dalam permainan Tutor Gala adalah berlari ke depan dan samping sehingga sangat memerlukan kekutan otot kaki dan paha.

*Kedua*, kecepatan. Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu (aktivitas fisik) dalam waktu tertentu. Dalam permainan tradisional Tutor Gala hasil observasi menunjukkan bahwa selama proses bermain berlangsung, para peserta dituntut untuk memiliki kecepatan dalam beberapa hal, yakni dalam hal berlari secepat mungkin dari satu kotak (garis) ke kotak lainnya sehingga dapat terhindar dari tangkapan atau hadangan pemain lawan dan bergerak ke samping untuk menipu atau mengelabui pemain lawan. Dalam indicator kecepatan, kedua hal tersebut termasuk ke

dalam kecepatan aksi tubuh dan anggota tubuh. Disamping itu, permainan Tutor Gala juga memuat rangsangan atau stimulus yang menuntut adanya reaksi, yakni seperti menebak arah dan reaksi berubah aba-aba.

Dari beberapa unsur kecepatan, berlari adalah unsur yang sangat diperlukan dalam permainan Tutor Gala. Selama permainan berlangsung, peneliti melakukan pengamatan bahwa kecepatan berlari adalah salah satu unsur penentu kemenangan. Pemain atau regu yang memiliki kecepatan berlari memiliki peluang besar untuk dapat memenangkan permainan. Sebaliknya, pemain dengan kecepatan yang rendah, memiliki peluang kecil untuk dapat menang. Meskipun demikian, kecepatan reaksi untuk menebak arah juga sangat diperlukan dalam permainan ini.

*Ketiga*, kelincahan. Kelincahan juga merupakan salah satu unsur kebugaran yang ada di dalam permainan tradisional Tutor gala. Selama proses bermain berlangsung, para pemain dituntut untuk dapat merubah arah atau posisi tubuh dengan cepat dan dilakukan secara bersama-sama dengan anggota tubuh lainnya. Dalam permainan Tutor Gala merubah arah atau posisi tubuh terjadi pada saat terjadi aksi menangkap (untuk regu bertahan) dan menghindari (untuk regu bertahan). Selama permainan berlangsung, aksi ini terjadi dalam skala yang tinggi atau sering.

## PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan di atas, terdapat beberapa temuan penelitian yang penting untuk dibahas.

*Pertama*, permainan tradisional Tutor Gala dan Aco merupakan permainan yang memuat/mengandung banyak nilai-nilai/karakter, khususnya nilai sportivitas, kejujuran, disiplin, kerjasama, demokratis dan kerja keras. Dari nilai-nilai yang ada tersebut, beberapa nilai yang sangat dominan adalah nilai kerjasama. Seterusnya ada juga nilai sportivitas, kejujuran, disiplin, demokratis dan kerja keras. Nilai kerjasama terkandung dalam permainan tradisional Tutor Gala dan Aco karena permainan ini merupakan permainan yang bersifat kelompok (bukan individu) sehingga dalam proses bermain para peserta dituntut untuk dapat bekerjasama antara satu dengan yang lainnya. Adapun nilai sportivitas yang terkandung dalam permainan tradisional Tutor Gala dan Aco dapat dilihat dari adanya sikap yang ditunjukkan oleh para pemain berupa perilaku mengakui keunggulan lawan dan menerima keputusan. Begitu pula dengan nilai-nilai yang lainnya seperti kejujuran, kerja keras, disiplin dan demokratis semuanya dapat dijumpai pada permainan tradisional. Dengan demikian, maka dapat dikatakan bahwa permainan tradisional Tutor Gala dan Aco adalah permainan yang secara tidak langsung dapat menanamkan nilai-nilai kepada peserta didik.

Hasil bahwa permainan tradisional, khususnya permainan tradisional Tutor Gala dan Aco mengandung banyak nilai-nilai karakter sejalan dengan sejumlah penelitian lainnya. Hasil penelitian bahwa permainan tradisional Tutor Gala dan Aco memuat nilai kerjasama sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari et al., (2022), yang berjudul: Implementasi Permainan Tradisional Gobak Sodor/Tutor Gala dalam Meningkatkan Kerjasama Anak Usia 10 Tahun. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melatih sikap kerjasama anak melalui permainan tradisional. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa secara umum presentase kerjasama anak mengalami peningkatan. Peningkatan kerjasama anak melalui permainan tradisional Gobak Sodor tidak jauh berbeda dengan penelitian sebelumnya, yakni karena dalam proses bermain, para siswa dituntut untuk dapat bekerjasama satu dengan yang lainnya. Jika tidak, maka akan sulit untuk dapat memenangkan permainan.

Kajian lain yang sejalan adalah yang dilakukan oleh Listyaningrum, (2018), yang berjudul Pengaruh permainan tradisional Gobak Sodor terhadap sikap sosial siswa kelas III SDN 01 Mangunharjo Kota Madiun. Dalam penelitian ini diperoleh suatu kesimpulan bahwa pemanfaatan permainan tradisional Gobak Sodor terbukti berpengaruh terhadap sikap sosial siswa kelas III SDN 01 Mangunharjo Kota Madiun tahun pelajaran 2017/2018. Lebih jauh dijelaskan bahwa sikap sosial dalam permainan tradisioanal terbentuk karena dalam proses permainan tersebut melibatkan banya orang secara tim sehingga sangat menuntut adanya sikap kerjasama. Adapun sikap individualis (ego pribadi) merupakan sikap yang tidak boleh dimiliki karena akan dapat mengambat tim dalam mencapai kemenangan. Selain itu, permainan tradisional Gobak Sodor juga menuntut siswa untuk berperilaku jujur dan sportif, terutama terhadap lawan bermain. Singkatnya, permainan tradisional Gobak Sodor yang dilakukan secara berulang, akan dapat melatih meningkatkan sikap siswa Sekolah Dasar.

*Kedua*, dari aspek fisik hasil peneltian menunjukkan bahwa permainan tradisional Tutor Gala dan Aco memuat beberapa unsur kebugaran, yakni daya tahan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi. Dari empat unsur kebugaran yang ada pada permainan tradisional Tutor Gala dan Aco tersebut, unsur yang paling dominan adalah kecepatan, daya tahan, kelincahan dan koordinasi. Hasil ini sejalan dengan kajian yang dilakukan oleh Susena et al., (2021), dengan judul: Ethnosport Permainan Tradisional Gobak Sodor. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa permainan tradisional Gobak Sodor mengandung beberapa unsur *ethnosport*, baik yang berkenaan keterampilan motorik, kognitif (kemampuan berpikir), keterampilan sosial, dan kemampuan mengendalikan emosi. Berkenaan dengan fisik secara spesifik dijelaskan bahwa dalam permainan tradisional Gobak Sodor terdapat empat kondisi fisik yang mendapatkan perhatian khusus, yakni kecepatan, koordinasi, kelincahan, kekuatan dan keseimbangan.

Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara permainan tradisional Tutor Gala dan Aco dengan kebugaran jasmani. Penelitian Yanuar & Supriyono, (2022), yang berjudul Korelasi permainan tradisional gobak sodor dengan tingkat kesegaran jasmani siswa putra kelas IV SD Negeri Cibodas 1 Kota Tangerang. menunjukkan bahwa: 1) Korelasi permainan tradisional gobak sodor dengan tingkat kesegaran jasmani siswa putra kelas IV SD Negeri Cibodas 1 Kota Tangerang menunjukkan korelasi *Pearson Product Moment*  $r$  tabel (N-1) dengan level signifikansi 0.05 adalah sebesar 0.284. Karena  $r_{xy} = 0.284 > r_{\text{tabel}} (N-1) = 0.894$ . Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara permainan tradisional gobak sodor dengan tingkat kesegaran jasmani siswa putra kelas IV SD Negeri Cibodas 1 Kota Tangerang; 2) Tingkat kesegaran jasmani siswa putra kelas IV SD Negeri Cibodas 1 Kota Tangerang yaitu dengan tingkat Klasifikasi Sedang (27 %).

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dibahas pada bab sebelumnya, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut ini: permainan tradisional Tutor Gala dan Aco merupakan permainan yang memuat/mengandung banyak nilai-nilai/karakter, khususnya nilai sportivitas, kejujuran, disiplin, kerjasama, demokratis dan kerja keras. Dari nilai-nilai yang ada tersebut, beberapa nilai yang sangat domiann adalah nilai kerjasama. Seterusnya ada juga nilai sportivitas, kejujuran, disiplin, demokratis dan kerja keras. Permainan tradisional Tutor Gala dan Aco merupakan dua permainan tradisional yang banyak memuat unsur kebugaran, yakni

berupa daya tahan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi. Dari empat unsur kebugaran yang ada pada permainan tradisional Tutor Gala dan Aco tersebut, unsur yang paling dominan adalah kecepatan, daya tahan, kelincahan dan koordinasi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, A. (2011). Permainan Tradisional Dalam Membentuk Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Sosial Budaya*, 9(1). <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/SosialBudaya/article/view/376>
- Brata Susena, Y., Ari Santoso, D., & Setyaningsih, P. (2021). Ethnosport Permainan Tradisional Gobak Sodor. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 450–462.
- Fajar, T., Achmaddin, M., & Rani, M. Z. (1984). *Permainan rakyat daerah Bengkulu*. Direktorat Jenderal Kebudayaan. <https://repository.kemdikbud.go.id/13343/>
- Hadinata, R. (2018). Pengembangan Model Permainan Tradisional Hitam Hijau Terhadap Kualitas Fisik Siswa Sekolah Dasar Negeri 211/Ix Muaro Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 7(2), 78–86. <https://online-journal.unja.ac.id/csp/article/view/6228>
- Hartanto, D., Kusmaedi, N., Mamun, A., & Abduljabar, B. (2021). Integrating Social Skills in Traditional Games with Physical Education Interventions. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(5), 921–928. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090513>
- Hidayah, K. K. (2022). Analisis Nilai-Nilai Permainan Tradisional Gobak Sodor dengan Teori Pengambilan Keputusan Karier Krumboltz. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 5(2), 74–78. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v5n2.p74-78>
- Komaini, A., Kiram, Y., & Daniati, N. (2021). Improving Children’s Motor Skills with Experiential Learning-Based Games. *1st International Conference on Sport Sciences, Health and Tourism (ICSSHT 2019)*, 178–181. <https://www.atlantispress.com/proceedings/icssht-19/125951958>
- Kurniati, E. (2016). Permainan Tradisional dan Perannya Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak Kencana. In *Kencana*. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=-eRNDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA40&dq=Permainan++tradisional++dan+perannya+dalam+mengembangkan+keterampilan+sosial+anak&ots=B1FYMYuaU9&sig=feFwcY6\\_MjVuB2IUOK69Z87ZXO8&redir\\_esc=y#v=onepage&q=Permainan+tradisional+d](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=-eRNDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA40&dq=Permainan++tradisional++dan+perannya+dalam+mengembangkan+keterampilan+sosial+anak&ots=B1FYMYuaU9&sig=feFwcY6_MjVuB2IUOK69Z87ZXO8&redir_esc=y#v=onepage&q=Permainan+tradisional+d)
- Listyaningrum, D. (2018). Pengaruh Permainan radisional Gobak Sodor Terhadap Sikap Sosial Siswa Kelas III SDN 01 Manguharjo Kota Madiun. *Gulawentah: Jurnal Studi Sosial*, 3(2), 108. <https://doi.org/10.25273/gulawentah.v3i2.3463>
- Misbach, I. H. (2006). Peran permainan tradisional yang bermuatan edukatif dalam menyumbang pembentukan karakter dan identitas bangsa. In *Laporan Penelitian*. [http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR.\\_psikologi\\_/197507292005012](http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._psikologi_/197507292005012)
- Nur, H. (2013). Membangun Karakter Anak Melalui Permainan Anak Tradisional. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 4(1). <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpka/article/view/1290>
- Nurwiyanto, A. D., Kumaat, A., Januarumi, F., & Wijaya, M. (2021). Traditional Games in Enhancing Development Children’s Gross Motoric: Literature review. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 994–999.

- <https://www.sjik.org/index.php/sjik/article/view/755>
- Pebrisen, I. (2017). *Studi Penanaman Sikap Sportivitas melalui Pembelajaran Penjas Orkes pada SMA Negeri 4 Bengkulu Selatan Provinsi Bengkulu*. Universitas Negeri Padang. <http://repository.unp.ac.id/20316/>
- Puspitasari, N., Masfuah, S., & Pratiwi, I. A. (2022). Implementasi Permainan Tradisional Gobak Sodor dalam Meningkatkan Kerjasama Anak Usia 10 Tahun. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 2540–2546. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2458>
- Qonitatin, D., & Zulfa, I. K. (2021). Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Siswa Sekolah Dasar melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor. *Prosiding SEMAI: Seminar Nasional PGMI*, 1, 638–656. <https://proceeding.uingusdur.ac.id/index.php/semai/article/view/396>
- Setiono, P. (2021). Analisis Kebutuhan Pengembangan Model Pembelajaran Pengetahuan Mitigasi Bencana Gempabumi Berbasis Permainan Tradisional Bengkulu. *Geodika: Jurnal Kajian Ilmu Dan Pendidikan Geografi*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.29408/geodika.v5i1.2975>
- Sibarani, D. F. (2018). *Permainan Tradisional Terhadap Pembentukan Karakter Anak (Studi Etnografi di Desa Sikeben, Kecamatan Sibolangit, Kabupaten Deli Serdang)*. Universitas Sumatera Utara. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/5419>
- Silaen, M. A. S., Pujiyanto, D., & Raibowo, S. (2022). Pengembangan Model Offense Dan Defense Training Bolabasket Putra Berbasis Modifikasi Permainan Tradisional Gobak Sodor Di SMP Negeri 5 Kota Bengkulu. *Sport Gymnastics: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v3i1.16917>
- Susena, Y. B., Santoso, D. A., & Puji, S. (2021). Ethnosport permainan tradisional gobak sodor. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 450–462.
- Yanuar, A. H., & Supriyono, S. (2022). Implementasi Permainan Tradisional Gobak Sodor dalam Meningkatkan Kerjasama Anak Usia 10 Tahun. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(2), 496–504. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i2.59001>