

## PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL SIKI DOKA SEBAGAI KEGIATAN REKREASI ANAK PADA SD INPRES KIMBANA

*Dixon E.M.Taek Bete<sup>a</sup>, Sergius Boling<sup>b</sup>*

*<sup>a,b</sup> Universitas Persatuan Guru 1945 NTT, email: [dixontaek45@gmail.com](mailto:dixontaek45@gmail.com)*

### Info Artikel

#### Sejarah Artikel:

Diterima: 15 Mei 2024

Direvisi: 17 Mei 2024

Disetujui: 25 Mei 2024

#### Keywords:

*Permainan, Olahraga Tradisional, Siki Doka*

### Abstrak

Masalah dari penelitian ini adalah Apakah Permainan Olahraga Tradisional Siki Doka Merupakan Suatu Kegiatan Rekreasi Anak pada SD Inpres Kimbana Kelas V Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya-upaya dalam meningkatkan kegiatan rekreasi anak melalui Permainan Olahraga Tradisional Siki Doka pada SD Inpres Kimbana Kelas V Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif, jenis dari penelitian ini adalah jenis data kualitatif dan kancan penelitian ini adalah SD Inpres Kimbana Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu. Teknik pengumpulan data dari penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data dari penelitian ini yaitu data yang dikumpulkan akan dianalisis secara objektif agar dapat membandingkan hasil wawancara dan observasi dalam melakukan penelitian ini. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Permainan Olahraga Tradisional Siki Doka Merupakan Suatu Kegiatan Rekreasi Anak pada SD Inpres Kimbana Kelas V Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu karena ketika anak-anak melakukan permainan Siki Doka, anak-anak merasa senang sehingga mereka semangat dan siap untuk mengikuti proses pembelajaran selanjutnya.

Alamat korespondensi:

Jl. Perintis Kemerdekaan III, No 40, Kota Baru, Kupang

E-mail: [Jss45@gmail.com](mailto:Jss45@gmail.com)

p-ISSN: 2623-1646

e-ISSN: 2986-4038

## PENDAHULUAN

Permainan tradisional merupakan permainan rakyat yang disenangi oleh masyarakat, dari usia anak-anak sampai dengan orang dewasa dimasa lampau. Mungkin masih teringat dalam pikiran kita tentang beberapa permainan yang dilakukan oleh generasi di tahun 1960an sejak masa kecilnya misalnya permainan Siki Doka, congkak, gatrik, patok lele, gasing, enggran, lompat tali dan masih banyak lagi jenis permainannya.

Tetapi keberadaan permainan-permainan tersebut saat ini semakin terlupakan bahkan hampir punah seiring dengan adanya banyak permainan-permainan modern yang disenangi oleh anak-anak dijamin sekarang seperti *game online* atau *playstation* melalui alat teknologi. Padahal permainan tradisional merupakan identitas warisan budaya bangsa Indonesia yang perlu dipertahankan dari generasi ke generasi. Selain itu permainan tradisional juga

bermanfaat untuk melatih fisik anak agar lebih kuat serta dapat mengasah kemampuan bersosialisasi, bekerja sama dan menaati aturan.

Lembaga pendidikan mempunyai tugas dan fungsi untuk meletakkan dasar-dasar pengembangan aspek-aspek kehidupan manusia seperti aspek kognitif, afektif dan psikomotor agar anak-anak didik dibina untuk mencapai pribadi-pribadi yang utuh, sehat dan segar baik secara jasmani, rohani maupun sosialnya. Pengembangan aspek kognitif telah mendapat perhatian besar dan penekanannya lebih diutamakan sejak dahulu di lembaga pendidikan, tetapi menimbulkan tanggapan yang kurang memuaskan dari para pendidik yang berhaluan humanistik. Tanggapan tersebut dapat menghasilkan pembaharuan di Indonesia yaitu dengan adanya upaya untuk menonjolkan pengembangan aspek afektif dan psikomotor. Upaya tersebut dapat terwujud dengan dimasukkannya program pendidikan ketrampilan dan pengembangan pengajaran pendidikan olahragadan kesehatan kedalam kurikulum 1975 yang berlaku di sekolah-sekolah mulai dari tingkat SD, SMP sampai dengan tingkat SLTA (Aip Sarifuddin, 1993:3).

Menurut Abdul Gafur (1994:6), olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh kemenangan, prestasi optimal dan rekreasi. Menurut Cookley dalam Arma Abdullah tentang dasar-dasar penjas (1994:10,) mengemukakan bahwa: Olahraga adalah suatu aktifitas kompetitif yang melembaga dan memerlukan kerja jasmani yang keras atau menggunakan ketrampilan jasmani yang relatif kompleks dari individu, yang partisipasinya dimotivasi oleh gabungan dan kepuasan intrinsik yang terkait dalam aktifitas itu sendiri dan hadiah eksternal dengan berpartisipasi.

Dalam dunia pendidikan olahraga merupakan arena pendidikan, dan tujuan dari pada permainan yang dilakukan adalah untuk berprestasi dan memperoleh kegembiraan atau kesenangan. Dengan adanya pendidikan olahraga dan kesehatan atau pendidikan jasmani dimasukan kedalam kurikulum maka sudah tentu materi pembelajarannya jugapun direncanakan dan diprogramkan secara baik untuk dilaksanakan oleh guru penjaskes berdasarkan isi kurikulum. Dengan demikian maka permainan tradisional yang telah lama diminati dan selalu dilakukan oleh anak-anak usia sekolah dasar sudah mulai bergeser secara perlahan-lahan bahkan nyaris punah.

Oleh karena itu penulis sangat tertarik dengan permainan-permainan tradisional yang pernah disaksikan bahkan dialami untuk melakukan penelitian agar dapat mengetahui manfaat dan tujuan serta nilai-nilai yang terkandung dalam permainan tersebut. Untuk itu penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan judul: "Tinjauan Tentang Permainan Olahraga Tradisional Siki Doka Sebagai Kegiatan Rekreasi Anak Pada SD Inpres Kimbana Kelas V Kecamatan Tasifeto Barat, Kabupaten Belu".

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: Apakah Permainan Olahraga Tradisional Siki Doka Merupakan Suatu Kegiatan Rekreasi Anak pada SD Inpres Kimbana Kelas V Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu?

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian yaitu untuk mengetahui upaya-upaya dalam meningkatkan kegiatan rekreasi anak melalui Permainan Olahraga Tradisional Siki Doka pada SD Inpres Kimbana Kelas V Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan untuk melakukan kajian ilmiah terhadap penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Lokasi penelitian yang dipilih oleh penulis untuk melakukan penelitian adalah SD Inpres Kimbana, Kecamatan Tasifeto Barat, Kabupaten Belu. Waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1 bulan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu: Observasi, Wawancara, Dokumentasi dan Trigulasi. Data yang dikumpulkan akan dianalisis secara objektif agar dapat membandingkan hasil wawancara dan observasi data dalam melakukan penelitian ini, kemudian diolah sesuai dengan data yang diperoleh informan penelitian. Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan metode deskriptif kualitatif dan naturalistik.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Observasi**

#### ***Pendahuluan /pemanasan***

Pada pendahuluan atau pemanasan yang dilakukannya adalah siswa dibariskan oleh guru, dilanjutkan dengan mengecek jumlah siswa, berdoa dan melakukan pemanasan. Dari pengamatan ini, maka peneliti dapat menganalisis bahwa Guru Penjas sudah melakukan tahap pendahuluan sesuai dengan kurikulum. Dalam tahap ini, peneliti melihat bahwa guru penjas memberikan pemanasan belum maksimal karena pemanasan yang diberikan hanya lari keliling lapangan saja. Untuk itu peneliti dapat menyimpulkan bahwa ternyata Guru penjas belum mampu untuk memberikan pemanasan.

Dari hasil pengamatan tersebut peneliti memberikan kontribusi pemikiran melalui refleksi yaitu bahwa pada tahap pendahuluan atau pemanasan yang baik adalah dilakukan pemanasan sesuai dengan materi pembelajaran yang akan di ajarkan, tetapi yang diharapkan adalah permainan bukan setiap kali pemanasan siswa hanya disuruh untuk lari. Hal ini membuat siswa jenuh apabila tidak ditambah dengan gerakan yang lain. Menurut pendapat Yudha Saputra (2000 : 91) bahwa sebaiknya tinggalkan pemanasan yang bersifat berlari karena hal ini akan membosankan siswa, dan juga akan mempengaruhi faktor kesehatan dan keselamatan para siswa. Sekali lagi sebagai Guru penjas jangan mendiktekan gerakan siswa saat melakukan gerakan pemanasan berupa permainan. Mengapa? Karena kondisi seperti itu akan mematikan kreativitas siswa untuk bergerak. Oleh karena itu melalui penelitian ini, peneliti menyampaikan beberapa refleksi agar Guru Penjas paling tidak sudah membagikan waktu pembelajaran sesuai dengan kompetensi tersebut.

Giriwijoyo (2010), menjelaskan bahwa latihan pendahulu di maksud untuk peregangan dan pelepasan seluas mungkin pada persendian, aktivasi otot-otot yang akan dipergunakan dalam latihan inti atau pertandingan yang akan dihadapi. Bentuk pelatihannya dapat berupa cara dinamis dengan/tanpa cara statis.

#### ***Tahap Inti***

Pada tahap inti ini yang dilakukan antara lain:

1. Mempersiapkan siswa.
2. Mempersiapkan tempat main (membuat gambar/denah untuk arena permainan).

3. Mempersiapkan pecahan genting untuk era, setiap pemain memiliki satu era (pecahan genting).
4. Pemain berdiri dekat garis putus-putus (jangan sampai menginjak garis), pemain memegang satu buah era (pecahan genting) untuk memulai permainan.
5. Lalu, pemain melempar eranya pada kotak 1. Apabila eranya berada ditengah kotak, maka permainan dilanjutkan dengan melompati kotak 1 (yang ada eranya) dengan cara engklek (satu kaki) ke kotak 2, kemudian kotak 3, 4, dan 5. Setelah itu, siswa membalikan badan untuk mrlompat ke kotak 6 (masih dengan satu kaki). Kemudian, melompat ke kotak 7 dengan cara cabrek (melompat dengan kedua kaki). Apabila era berada di garis kotak disebut lasut, maka permainan berhenti dan digantikan oleh pemain lawan.
6. Setelah cabrek pada kotak 7, siswa kembali ke kotak 3 lalu kotak 2, setelah sampai di kotak 2 pemain mengambil eranya yang ada di kotak 1, lalu melompati kotak 1 (bekas era) dan kembali pada garis putus-putus (garis batas).
7. Lakukan kegiatan seperti tadi dengan melempar era ke nomor kotak selanjutnya sampai kotak 7 (kotak cabrek) dan kembali ke kotak 3, 2 dan 1.
8. Siswa yang lebih dahulu menyelesaikan, itulah yang menjadi pemenang.

Dari hasil observasi tersebut guru setelah melakukan atau memberikan contoh gerakan menyuruh kepada siswa untuk meniru gerakan yang dilakukan oleh Guru Penjas. Peneliti menyimpulkan hal itu boleh dilakukan akan tetapi perlu diperhatikan, sebaiknya sebagai guru kita membiasakan siswa untuk bergerak dan perlu untuk dianalisi, jadi yang lebih tepat adalah belajar melalui teknik gerak. Artinya guru hanya menyampaikan tentang pemahaman mereka tentang tolakan, tumpuan, melayang jongkok atau mendarat dan selanjutnya para siswa mengikut.

### ***Tahap Penutup***

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tahap penutup pembelajaran atau penenangan, Guru Penjas hanya menyimpulkan dan mengoreksi kesalahan dan memberikan motivasi atau dorongan kepada para siswa, setelah itu menganalisis dan langsung siswa dibubarkan. Dari hasil pengamatan ini maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa aspek yang diperlukan pada saat penenangan sudah jelas, akan tetapi perlu dikembalikan lagi maksud dan tujuan dari penenangan itu sendiri. Untuk itu peneliti akan memberikan refleksi tentang penenangan itu sendiri.

Sesuai dengan pendapat Syarifudin(1997:16), bahwa pendinginan bertujuan untuk mengembalikan fisik dan mental para siswa, kepada keadaan yang sesungguhnya, sehingga ia siap untuk menerima pelajaran berikutnya.

Selanjutnya Giriwijoyo (2010:13), menjelaskan bahwa latihan penutup bentuknya kurang lebih sama dengan latihan pendahulu/pemanasan yang berupa gerakan-gerakan ringan yang juga menyerupai perengangan dan pelemasan. Arti fisiologis latihan penutup ini ialah bahwa gerakan-gerakan ringan itu akan membantu memperlancar sirkulasi (mengaktifkan pompa vena), sehingga akan membantu mempercepat pembuangan sampah-sampah sisa olah daya dari otot-otot yang aktif pada waktu melakukan olahraga sebelumnya. Dengan tersingkirnya sampah-sampah sisa olah daya secara lebih baik, maka pemulihan dipercepat dan rasa pegal-pegal setelah olahraga lebih dapat dicegah atau dikurangi.

Permainan olahraga tradisional masa kini kian tersisih oleh karena adanya permainan modern yang lebih menarik dan canggih, seiring dengan maraknya tentang budaya bangsanya sendiri. Akan tetapi permainan modern meskipun semakin populer dibandingkan dengan permainan tradisional yang asli tidak membuat siswa di SD Inpres Kimbana Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu untuk tertarik tetapi mereka dapat melaksanakan atau mengembangkan permainan olahraga tradisional yang ada karena itu merupakan peninggalan nenek moyang atau aset budaya bangsa.

Berdasarkan pendapat tersebut diatas menunjukkan bahwa permainan olahraga tradisional masih sangat disenangi oleh anak-anak di Desa khususnya siswa di SD Inpres Kimbana Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu. Ini menunjukkan bahwa meskipun banyak permainan modern yang canggih dari permainan olahraga tradisional Siki Doka akan tetapi mereka tidak tertarik karena permainan modern harus mengeluarkan uang baru mendaptkannya, sedangkan untuk permainan olahraga tradisional hanya membutuhkan tenaga untuk membuat. Cara pembuatan Era tidak susah hanya menyiapkan sekeping batu atau pecahan kramik yang ceper dan dianggap paling kuat. Permainan olahraga tradisional Siki Doka merupakan permainan yang sangat disenangi oleh siswa di SD Inpres Kimbana Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu, khususnya bagi ana-anak perempuan karena mempunyai banyak manfaat dari pada permainan modern karena dapat dibuat sendiri. Oleh karena itu siswa di SD Inpres Kimbana Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu mereka sangat gembira sehingga setiap hari mereka membawa Era untuk bermain di sekolah pada saat jam istirahat.

### **Hasil Wawancara**

Salah satu permainan olahraga tradisional yang saat ini hampir punah yaitu permainan Siki Doka. Permainan olahraga tradisional Siki Doka bukanlah permainan yang tanpa makna melaikan permainan yang penuh dengan nilai-nilai dan norma-norma luhur yang berguna bagi anak-anak untuk memahami dan mencermati keseimbangan dalam tatanan kehidupan. Oleh karena itu permainan olahraga tradisional yang diciptakan oleh leluhur bangsa ini pun berdasarkan atas banyak pertimbangan dan perhitungan. Dalam hal ini leluhur kita telah mempunyai harapan agar nilai-nilai yang disisipkan pada setiap permainan tersebut yang dapat dilaksanakan oleh anak-anak dalam setiap tindakan dan perbuatannya dengan penuh kesadaran atau tanpa adanya suatu paksaan.

Sesuai dengan sumber diatas dapat juga dikemukakan oleh Bapak Alponsius Firmus Bas,S.Pd selaku Kepala Sekolah SD Inpres Kimbana Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu: “Permainan tradisional penentu pokok baiknya bangsa kita, namun sesuai kenyataan yang ada tidak dapat di pungkiri pula ,bahwa permainan olahraga tradisional ini akan banyak memberi bagi masa depan bangsa karena nilai-nilai luhur yang terkandung di dalamnya bisa melekat pada pemain-pemainnya, yakni anak-anak dan cucu-cucu kita kelak yang akan meneruskan perjuangan kita dalam mempertahankan permainan ini.”

Dapat kita ketahui bahwa pendidikan rekreasi juga sebagai bagian integral dari pendidikan lainnya dan tidak berdiri sendiri melainkan bagian dari pendidikan keseluruhan. Pendidikan rekreasi merupakan kegiatan penting dalam proses sosialisasi, kerena didalamnya juga terkandung nilai-nilai rekreasi. karena itu rekreasi perlu dikembangkan di sekolah agar siswa-

siswi dapat memahami manfaat rekreasi itu sendiri sehingga apabila ada waktu luang atau senggang dapat dipergunakan oleh siswa-siswi secara konstruktif dan positif yang bermanfaat bagi aspek jasmani, intelektual, emosional, sosial dan moral. Permainan olahraga tradisional Siki Doka merupakan permainan yang paling disenangi oleh anak-anak SD Inpres Kimbana sehingga mereka dapat melakukan permainan ini setiap hari di jam istirahat karena pada saat bermain mereka mendapatkan kesenangan dan kegembiraan ataupun sebagai pelepas lelah setelah mengikuti proses belajar mengajar.

Hasil wawancara dengan Bapak Alponsius Firmus Bas, S.Pd sebagai Kepala sekolah SD Inpres Kimbana mengatakan bahwa: “Menurut saya permainan olahraga tradisional semacam Siki Doka merupakan salah satu jenis olahraga yang tentu harus dikembangkan sebab selain menyenangkan permainan ini sangat bermanfaat bagi anak-anak secara tidak langsung mendidik anak-anak dengan nilai-nilai kedisiplinan yaitu para pemain diuntut untuk berhati-hati, jujur, saling menghargai, bekerja sama dan sportifitas”.

Hal senada juga dikemukakan oleh Bapak Emanuel Petrus Berek, S.Pd sebagai guru penjas di SD Inpres Kimbana yang mengatakan bahwa: “Kalaupun dilihat memang jelas bawah permainan olahraga tradisional Siki Doka merupakan kegiatan rekreasi karena dilakukan pada saat waktu luang yaitu waktu anak-anak beristirahat, juga banyak manfaat dari mereka melakukan permainan ini. Permainan ini membantu mereka mengembangkan potensi mereka berupa nilai-nilai positif yaitu: Mengembangkan fisik, emosional, sosial serta intelektual. Permainan ini bukan saja dilakukan di sekolah tetapi juga bisa dilakukan di rumah”.

Permainan olahraga Siki Doka bukanlah permainan yang tanpa makna melainkan permainan yang penuh dengan nilai-nilai dan norma-norma luhur yang berguna bagi anak-anak untuk memahami dan mencari keseimbangan dalam tatanan kehidupan. Sesuai sumber tersebut diatas maka dapat juga dikemukakan oleh Bapak Emanuel Petrus Berek, S.Pd sebagai guru penjas SD Inpres Kimbana mengatakan bahwa: “Banyak nilai-nilai yang terdapat permainan olahraga tradisional Siki Doka ini yang cukup memberikan manfaat yang positif terhadap tatanan kehidupan mereka kelak nanti, kita lihat saja dalam permainan ini sudah banyak makna yang mereka dapatkan seperti: kebebasan, kesopanan, kebersamaan, ketelitian, kebijaksanaan, ketrampilan, kejujuran, kerja sama dan sportivitas. Ini semua merupakan nilai-nilai yang sangat berarti yang diciptakan oleh nenek moyang kita”.

Hasil wawancara dengan Nikita Lamaweni siswi kelas V SD Inpres Kimbana mengatakan bahwa: “Kami sangat senang karena permainan tradisional Siki Doka tidak mengeluarkan biaya dan Era yang kami pakai untuk bermain dalam permainan Siki Doka berbentuk ceper yang terbuat dari batu dan pecahan kramik”.

Dalam permainan olahraga Siki Doka anak-anak SDI Kimbana melakukan pertandingan dengan membentuk kelompok atau kadang melakukan pertandingan antar kelas. Dalam permainan ini kelompok atau kelas mana yang dalam permainan ini kalah tidak mendapat rumah sedangkan kelompok yang menang dialah yang mendapat rumah.

Menurut hasil wawancara dengan Yulius Kornelis Suana dan Enjelika Berek siswi kelas V SDI Kimbana mengatakan bahwa: “Pada saat kami bermain, sebenarnya kami membentuk kelompok untuk bermain dan kelompok yang kalah tidak mendapat rumah. Akan tetapi kelompok yang menanglah yang mendapat rumah”.

## Pembahasan

Permainan tradisionl Siki Doka merupakan peninggalan dari nenek moyang kita yang mempunyai nilai-nilai dan makna yang terkandung di dalamnya. Nilai-nilai budaya tersebut saat ini hampir punah akibat masuknya permainan moderen.

Di dalam permainan olahraga tradisional Siki Doka sebagai kegiatan rekreasi yang banyak mengandung nilai-nilai kreatif seperti: 1). Nilai Integrasi: merupakan nilai yang terbentuk dari dalam diri anak-anak demi terciptaya hubungan sosial pada saat bermain. 2). Nilai Kesopanan: Nilai Kesopanan merupakan nilai yang terbentuk dalam diri anak-anak sehingga anak-anak dapat bermain dengan baik, teratur, aman dan damai. 3). Nilai kebersamaan: Nilai budaya yang terbentuk dari diri masing-masing sehingga mereka dapat berkumpul untuk melakukan suatu kegiatan rekreasi berupa permainan Siki Doka ini. 4). Nilai ketelitian: Anak-anak dapat melakukan suatu kegiatan dengan baik dan benar untuk mencapai suatu kesuksesan atau mendapat kesenangan dalam waktu luang. 5). Nilai keterampilan: Anak-anak dapat melakukan suatu kegiatan atau permainan dengan baik dan memuaskan sehingga anak-anak mendapat kesenangan dan kegembiraan. 6). Nilai kejujuran: Suatu nilai yang timbul dari dalam diri anak-anak sehingga pada saat ana-anak walaupun salah, anak-anak dapat memberitahukan kepada teman-teman sekelompoknya. 7). Nilai kerja sama: merupakan suatu cara atau tingkah laku yang dimana sekelompok anak-anak dapat berintegrasi untuk melakukan suatu kegiatan atau aktifitas secara bersama-sama. 8). Nilai sportifitas: merupakan suatu tingkah laku yang sudah dibina dari dalam diri, agar pada saat melakukan suatu aktifitas dapat kita menaati suatu aturan dan menerima kenyataan baik menang maupun kalah.

Didalam nilai-nilai yang terkandung dalam permainan olahraga tradisional Siki Doka ini anak-anak sudah ditanamkan kepribadian yang baik dan akhirnya mereka menemukan permainan yang mempunyai makna serta manfaat bagi anak-anak sehingga mereka tetap mempertahankannya sebagai budaya yang harus dilestarikan.

Mencermati pendapat tersebut diatas menunjukkan bahwa permainan Siki Doka banyak memberikan manfaat yang sangat positif bila dikaji lebih dalam karena mengandung nilai-nilai yang bermanfaat bagi kehidupan anak-anak kelak. Permainan olahraga tradisional Siki Doka selain asik untuk dimainkan juga sarat akan nilai-nilai yang luhur. Bertambah kagum mungkin ketika kita bisa membayangkan betapa pintar dan kreatifnya nenek moyang kita menciptakan ragam aktivitas yang sangat menyenangkan dan juga mempunyai nilai-nilai yang begitu mendidik seperti: Kerja sama antar tim, kekompakan dan berfikir strategis dalam mengalahkan lawan untuk memenangkan permainan ini, dan permainan olahraga tradisional Siki Doka juga mengasa kemampuan motorik anak. Anak juga dilatih bersiksp cekatan dan berkonsentrasi. Sedangkan dibandingkan dengan permainan moderend tidak mempunyai nilai-nilai karena bersifat individual, materialis dan ingin menang sendiri contohnya seperti play station.

Permainan olahraga tradisional Siki Doka bukan saja dikenal di SD Inpres Kimbana akan tetapi permainan olahraga tradisional Siki Doka ini ada di setiap daerah di Indonesia, walaupun bentuk dan namanya berbeda-beda di setiap daerah namun permainan ini sangat menyenangkan sehingga anak-anak senang dan juga sebagai salah satu rekreasi di Sekolah. Oleh karena itu dapat kita ketahui bahwa pendidikan rekreasi juga sebagai bagian intgral dari

pendidikan lainnya dan tidak berdiri sendiri melainkan bagian dari pendidikan keseluruhan. Pendidikan rekreasi merupakan kegiatan penting dalam proses sosialisasi, karena didalamnya juga terkandung nilai-nilai rekreasi. karena itu rekreasi perlu dikembangkan di sekolah agar siswa-siswi dapat memahami manfaat rekreasi itu sendiri sehingga apabila ada waktu luang atau senggang dapat dipergunakan oleh siswa-siswi secara positif yang bermanfaat bagi aspek jasmani, intelektual, emosional, sosial dan moral.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil dapat disimpulkan bahwa Permainan Olahraga Tradisional Siki Doka Merupakan Suatu Kegiatan Rekreasi Anak pada SD Inpres Kimbana Kelas V Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu karena ketika anak-anak melakukan permainan Siki Doka, anak-anak merasa senang sehingga mereka semangat dan siap untuk mengikuti proses pembelajaran selanjutnya.

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan tersebut maka,ada beberapa hal yang perlu peneliti sarankan kepada siswa-siswi SD Inpres Kimbana Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu yaitu sebagai berikut: 1). Hendaknya SD Inpres Kinbana Kecamatan Tasifeto Barat Kabupaten Belu mengembangkan permainan olahraga tradisional Siki Doka. 2). Lembaga pendidikan formal maupun non formal harus mampu melestarikan permainan olahraga tradisional Siki Doka dan permainan tradisional lainnya agar diminati oleh generasi yang akan datang. 3). Permainan tradisional sangat cocok bagi media pembelajaran pendidikan SD karena permainan tradisional mengandung manfaat bagi anak-anak dalam menjalin hubungan bermasyarakat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- A.A. Ardiwinata. 2006. *Kumpulan Permainan Rakyat Olahraga Tradisional*. Jakarta
- Abdullah. A. Dan Manadji, A. 1994. *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Dikti, Depdikbud
- Depdiknas. 2004. *Perkembangan Olahraga Masyarakat Indonesia*. Jakarta
- Henri Pratt. 2003. *Pendidikan Rekreasi*. Jakarta
- J. Sunartoto. 2001. *Pendidikan Rekreasi Prinsip dan Teori*. Jakarta: Depdikbud.
- M. Sitorus. 1995, *Berkenalan Dengan Sosiologi*. Jakarta: PT Gelora Angkasa Pratama
- R.Syafrudin. 1987. *Peralatan Hiburan dan Permainan Olahraga Tradisional*. Jakarta: Depdikbud
- Syafrudin Aip. 1993. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud
- Santoso Ananda. 1995. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Kartika
- Seran Tey Sixtus, 1994, *Himpunan Permainan Rakyat NTT Seri 1*. Kupang: CV.Lelebo.
- Sugiyono, 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Penerbit Alfabeta..
- Bogdan, Taylor. 1984. *Teknik Keabsenan Data*. Yogyakarta: Akademika Presindo.
- Hadan Nanawi. 1991. *Metode Dukumentasi*. Jakarta: PT Remaja Rosda Karya.
- James, dan Dean. 1992. *Teknik Pengumpulan Data*. Jakarta: Akademika Presindo.