

**ANALISIS GERAK PADA TRADISI NARIUK SEBAGAI
OLAHRAGA TRADISIONAL DI DESA PATUNG KECAMATAN
PAKU KABUPATEN BARITO TIMUR**

Rahmi¹, Garry William Dony², Zuly Daima Ulfa³
Program Studi PJKR, FKIP, Universitas Palangka Raya

ABSTRAK

Tradisi Nariuk telah menjadi aktivitas yang populer di kalangan masyarakat dayak maayan dan dinyatakan sebagai olahraga masyarakat, sehingga di adakan nya festival Nariuk setiap tahun nya. Penelitian ini mengamati aktifitas gerak pada saat melakukan Nariuk.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tradisi nariuk scara umum dan menguraikan gerakan tradisi nariuk. Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan secara induktif, penafsirannya berlaku khusus, k rena adanya batas yang ditentukan oleh fokus. Analisis itu sendiri dilakukan sejak awal penelitian yang bisa saja dilakukan secara partisipasi tanpa mengganggu jalannya penelitian, oleh karena itu, Teknik analisis data yang digunakan adalah tematik.

Hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa Tradisi Nariuk adalah suatu tradisi mencari ikan dengan Teknik menombak menggunakan tombak diatas sebuah rakit, pelampung, dan batang pohon atau kayu-kayu yang berada di dalam air untuk tempat berpijak. Tradisi ini berasal dari daerah Barito Kalimantan Tengah. Tradisi ini di laksanakan pada saat musim kemarau tiba, pada saat air mulai surut dan hanya tersisa pada titik terdalam yaitu lubuk sungai. Hasil analisis gerak pada tradisi nariuk masuk dalam kriteria sesuai dengan menganalisis dari sikap awalan dan sikap menombak. Sehingga dapat dilihat bahwa factor penggerak tubuh sangat berperan penting dalam terjadinya gerak.

Kata Kunci: *Analisis Gerak, Tradisi Nariuk, Olahraga Tradisional*

¹)Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya.

^{2,3})Dosen Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Undang undang Republik Indonesia nomor 11 tahun 2022 tentang keolahragaan. Menjelaskan bahwa olahraga masyarakat/olahraga rekreasi adalah Olahraga Masyarakat dapat dilaksanakan oleh Setiap Orang, satuan pendidikan, lembaga, perkumpulan, atau Organisasi Olahraga. Olahraga Masyarakat bertujuan untuk membudayakan aktivitas fisik, menumbuhkan kegembiraan, mempertahankan, memulihkan, dan meningkatkan kesehatan serta kebugaran tubuh, membangun hubungan sosial, melestarikan dan meningkatkan kekayaan budaya daerah dan nasional, mempererat interaksi sosial yang kondusif dan memperkuat ketahanan nasional dan, meningkatkan produktivitas ekonomi nasional.

Nariuk adalah tradisi budaya dayak ma'ayan di Kabupaten Barito Timur yang sangat sering dilakukan pada kehidupan sehari-hari karena teknik dasar dari tradisi nariuk ini dilakukan dengan cara menombak ikan menggunakan tombak yang terbuat dari besi dengan gagang kayu sepanjang kurang lebih 7 – 9 meter sesuai dengan kedalaman

air. Nariuk ini diangkat dari tradisi nenek moyang dahulu dalam berburu ikan di sungai yang sampai sekarang masih dilestarikan oleh warga desa tertentu. Hingga saat ini, tradisi ini mulai diperhatikan oleh pemerintah karena melihat potensi dari keantusiasan warga dalam menggunakan cara ini dalam mencari ikan dan juga potensi sektor pariwisata apabila dikembangkan dengan maksimal dengan memanfaatkan potensi alam yang mendukung seperti sungai, danau yang pastinya dapat menarik minat pengunjung yang dikolaborasikan dengan tradisi nariuk ini pastinya akan menjadi suatu hal yang sangat menarik. Tradisi Nariuk ini di kawasan Kabupaten Barito timur sudah mulai dikenalkan dalam festival tahunan yang dikenal dengan festival Nariuk. Festival ini terakhir diselenggarakan pada bulan Agustus 2022.

Biomekanika merupakan salah satu ilmu pokok ilmu keolahragaan, salah satu masalah lambatnya pengembangan prestasi olahraga di Indonesia adalah minimnya aplikasi ilmu pengetahuan teknologi dalam proses pembinaan olahraga. Salah satu kajian ilmu pengetahuan yang sangat penting dalam pengembangan olahraga adalah pendekatan prinsip-prinsip mekanika gerak dalam penyempurnaan teknik gerak yang lazim (Biomekanika). Taufiq, H. (2010:1) menerangkan

bahwa “biomekanika adalah ilmu yang dalam atau lubang kemudian menombakkan Tariuk mempelajari tentang gerak benda mati dan ke dalam air atau dasar sungai hingga ada ikan makhluk hidup, serta gaya yang bekerja dan yang tertusuk Tariuk. Nariuk umumnya hanya efek yang dihasilkan melalui pendekatan ilmu dilakukan saat musim kemarau dan air sungai mekanika. Sri Haryono (2005:28) sudah surut atau hampir kering karena pada saat menambahkan bahwa Keseimbangan adalah seperti itu ikan-ikan akan berkumpul pada lubang tingkat dari keseimbangan, semua objek yang sungai. Festival Nariuk yang dilaksanakan di Desa diam dikatakan dalam keadaan seimbang, Pulau Patai adalah yang kedua kali setelah pada semua gaya yang bekerja padanya seimbang, tahun 2019 dilaksanakan festival Nariuk pertama. jumlah gaya-gaya linier maupun jumlah Nariuk merupakan cara tradisional semua momen sama dengan nol.” masyarakat Kabupaten Barito Timur untuk

Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah Apa itu Tradisi Nariuk? Dan Bagaimanakah analisis gerak pada tradisi nariuk?

TINJAUAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori Dasar

1. Tradisi Nariuk

Nariuk adalah cara berburu atau menangkap ikan dengan menggunakan sejenis tombak yang dinamakan Tariuk. Bagian ujung Tariuk yang lancip terbuat dari besi, sedangkan gagang yang panjang terbuat dari bambu kecil atau Tamiang. Nariuk biasa dilakukan secara beramai-ramai dengan berkumpul pada bagian sungai yang lebih

Nariuk merupakan cara tradisional masyarakat Kabupaten Barito Timur untuk berburu ikan dengan menggunakan tombak di sungai dan sudah menjadi salah satu kebudayaan masyarakat.

2. Analisis Gerak

Gerak dalam bahasa Inggris motion, dari latin *motio*, *movere* (menggerakkan, memindahkan). Secara umum, gerak merupakan suatu perubahan. Dalam arti klasik, gerakan (*kinesis*), mencakup semua bentuk perubahan dalam kualitas, kuantitas, posisi, bentuk, dan potensi. Sedangkan secara khusus, gerakan adalah perubahan lokasi spasial dari benda-benda yang berhubungan satu sama lain. Proses (tindakan atau keadaan) perubahan tempat (posisi). Dengan demikian yang dimaksud gerak adalah perubahan kedudukan atau tempat suatu benda terhadap titik acuan atau titik asal tertentu. Jadi bila suatu benda

kedudukannya berubah setiap saat terhadap Hall, 2011). Proses terjadinya gerak dalam tubuh suatu titik acuan maka benda dikatakan manusia secara mendasar diatur dalam hierarki sedang bergerak. pengendalian gerak, adan dua sistem neuronal

Gerak mempunyai ragam dan bentuk. gerak motorik (Santosa Giriwijoyo, 2017).

Gerak lurus adalah gerak suatu benda yang Secara fisiologi aktivitas gerak atau lintasannya berupa garis lurus. Contoh, motorik dari sistem pergerakan diatur oleh saraf, seorang pelari sprinter saat bertanding di tulang, sendi, dan otot yang terbentuk saling lintasan 100 meter.³ Berdasarkan kelajuan menunjang dalam suatu kerjasama untuk yang ditempuhnya gerak lurus dapat melakukan suatu kegiatan dan pergerakan. dibedakan menjadi Gerak lurus beraturan Aktivitas direncanakan di otak lalu perintah (GLB) dan Gerak lurus berubah beraturan dikirim ke otot melalui sistem piramidal yang (GLBB). Sedangkan gerak melingkar adalah berhubungan dengan gerak dan sikap (Syaifuddin, gerak yang lintasannya berbentuk suatu 2017). Proses terjadinya gerak dapat dijelaskan lingkaran/busur lingkaran. Dalam kehidupan melalui urutan atau tahapan rangkaian terjadinya sehari-hari dan juga banyak fenomena di gerak yang digambarkan dari proses awal sampai alam, gerak yang lintasannya berbentuk terjadinya gerak. Gambaran proses terjadinya lingkaran atau yang bersifat orbital dapat gerak pada manusia diawali dari stimulus (S) dilihat dalam banyak hal, seperti gerak planet diterima oleh reseptor (R) panca indera, dibawa mengelilingi matahari, gerak elektron dalam oleh syaraf-syaraf sensorik ke otak (O). stimulus atom, gerak sebuah rollercoaster atau korsel. tersebut diolah di otak, untuk memberikan balikan Dalam dunia teknik gerak melingkar melalui syaraf motorik atau efektor (E) seperti diperlukan untuk aplikasi gerak lengan robot. otot, tulang dan sendi sehingga manusia dapat

Proses terjadinya gerak pada manusia bergerak, di mana otot sebagai penggerak aktif. sangat tergantung dengan sistem alat gerak Bergeraknya anggota tubuh dapat dijadikan bukti yang terdiri dari otot yang berperan sebagai bahwa didalam tubuh telah terjadi penghantaran alat gerak aktif yang berfungsi menggerakan impuls oleh saraf dan menimbulkan tanggapan bagian-bagian tubuh , di mana total komposisi yang disampaikan oleh saraf motorik sehingga otot adalah 40% dari berat tubuh (Guyton & anggota tubuhbergerak. Seperti missalnya

aktivitas olahraga, berjalan, berlari, makan pengembangan olahraga adalah pendekatan dan sebagainya. prinsip-prinsip mekanika gerak dalam

Menurut Harsono (2007:4) penyempurnaan teknik gerak yang lazim menyebutkan bahwa yang dimaksud dengan (Biomekanika). Taufiq, H. (2010:1) menerangkan motorik ialah segala sesuatu yang ada bahwa “biomekanika adalah ilmu yang hubungannya dengan gerakan-gerakan tubuh. mempelajari tentang gerak benda mati dan Dalam perkembangan motorik, unsur-unsur makhluk hidup, serta gaya yang bekerja dan efek yang menentukan ialah Otot, Saraf, Otak. yang dihasilkan melalui pendekatan ilmu Ketiga unsur itu melaksanakan peranannya mekanika. Sri Haryono (2005:28) menambahkan secara interaksi positif . Menurut Sugiyanto bahwa Kesetimbangan adalah tingkat dari (2004:19) belajar gerak adalah serangkaian keseimbangan, semua objek yang diam dikatakan proses yang berkaitan dengan latihan atau dalam keadaan seimbang, semua gaya yang pembekalan pengalaman yang menyebabkan bekerja padanya seimbang, jumlah gaya-gaya timbulnya perubahan menetap dalam linier maupun jumlah semua momen sama dengan keterampilan. Menurut Harrow (1972:24) nol.”

gerak adalah keseluruhan proses yang terjadi Ilmu biomekanika yang mengkaji bidang pada tubuh manusia, yang meliputi proses olahraga menurut Musyafari Waluyo (2008:6) pengendalian (koordinasi) dan proses adalah “ilmu yang mempelajari gaya-gaya internal pengaturan (kondisi fisik) yang dipengaruhi dan eksternal yang bekerja pada tubuh manusia oleh faktor fisiologi dan faktor psikis untuk beserta akibat yang ditimbulkannya, untuk mendapatkan suatu gerakan yang baik. mencapai prestasi yang maksimal dalam

Biomekanika merupakan salah satu olahraga.” Yadi Sunaryadi (2009:4) ilmu pokok ilmu keolahragaan, salah satu menambahkan bahwa biomekanika olahraga masalah lambatnya pengembangan prestasi adalah “ilmu yang menerapkan prinsip-prinsip olahraga di Indonesia adalah minimnya mekanika terhadap gerak manusia pada saat aplikasi ilmu pengetahuan teknologi dalam melakukan aktifitas olahraga.”

proses pembinaan olahraga. Salah satu kajian Anatomi Tubuh manusia adalah ilmu yang ilmu pengetahuan yang sangat penting dalam mempelajari mengenai struktur tubuh manusia.

Setiap sistem yang terdapat di dalam tubuh memiliki fungsinya. Apa saja itu? Setiap sistem organ tubuh manusia memiliki struktur dan fungsinya. Sri Handayani (2021;6). Masing-masing sistem organ saling tergantung satu sama lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Sistem anatomi tubuh manusia dan fungsi selanjutnya yaitu otot. Di dalam sistem otot manusia terdiri atas 600 otot. Fungsi dari otot yaitu membantu pergerakan tubuh, aliran darah, dan menjalankan fungsi tubuh lainnya. Otot ini juga berada pada anatomi tubuh manusia bagian belakang. Berikut 3 jenis otot pada tubuh manusia:

- a. Otot rangka yang terhubung dengan tulang
- b. Otot polos yang ditemukan di dalam organ pencernaan
- c. Otot jantung yang ditemukan di jantung.

Tulang adalah bagian penggerak tubuh, Jumlah tulang yang menyusun sistem kerangka manusia berjumlah 206 buah, dan hanya 177 buah saja yang berhubungan langsung dengan gerak manusia, secara garis besar kerangka kita dibagi dalam dua bagian, yaitu bagian rangka poros (*axial skeleton*), dan rangka apendikuler, tulang mempunyai empat klasifikasi yaitu tulang panjang, tulang

pendek, tulang pipih, tulang tidak beraturan (Ucup Yusup, 2000:17-19).

3. Olahraga Tradisional

Olahraga tradisional adalah aktivitas jasmani dan rohani yang dilakukan oleh seluruh unsur masyarakat pada daerah tertentu secara turun temurun yang sering disebut peninggalan nenek moyang yang dilakukan siapa saja, kapan saja, tanpa memandang waktu, keturunan, tingkat ekonomi, tingkat usia, dengan menggunakan alat perlengkapan yang ada di sekelilingnya dan bersifat kedaerahan atau berlatar belakang budaya daerah tertentu. Olahraga tradisional adalah salah satu kegiatan dengan memiliki manfaat yang ada bagi individu yang melakukannya. (Ayu Maesaroh – organisasi.co.id).

Olahraga tradisional banyak macam dan ragam nya yang mencerminkan berbagai budaya suku dan daerah atau mencerminkan budaya bangsa dan perlu disadari bahwa peninggalan nenek moyang dengan berbagai bentuk dan nilai-nilai luhur yang terkandung didalam olahraga tradisional perlu kiranya dikenalkan kembali dan dilestarikan agar nantinya tidak hilang begitu saja. Olahraga tradisional perlu dikembangkan demi ketahanan budaya bangsa. Kita menyadari bahwa

kebudayaan merupakan nilai-nilai luhur dilindungi, dibina, dikembangkan, diberdayakan bangsa Indonesia. yang selanjutnya diwariskan (Ardiwinata, 2006:

Menurut Rosdiani (2012: 108) 3).

permainan tradisional atau sering disebut Olahraga tradisional merupakan permainan olahraga tradisional adalah jenis olah asli rakyat sebagai aset budaya bangsa yang permainan rakyat yang tumbuh dan memiliki unsur olah fisik tradisional. Permainan berkembang dalam suatu komunitas rakyat yang berkembang cukup lama ini perlu masyarakat tertentu, diwariskan secara turun dilestarikan, karena selain sebagai olahraga temurun dari generasi ke generasi. Olahraga hiburan, kesenangan, dan kebutuhan interaksi tradisional sesungguhnya tidak sebatas sosial, olahraga ini juga mempunyai potensi untuk permainan, tapi lebih mengandung nilai-nilai meningkatkan kualitas jasmani bagi pelakunya. luhur dari kultur dan kebiasaan masyarakat di Olahraga tradisional semula tercipta dari suatu daerah, di mana di dalamnya permainan rakyat sebagai pengisi waktu luang. terkandung juga unsur magis dan olah seni. Karena permainan tersebut sangat menyenangkan Pengertian olahraga tradisional sendiri dan tidak membutuhkan biaya yang sangat besar, mengarah kepada karakteristik suatu budaya maka permainan tersebut semakin berkembang gerak di daerah tertentu, yang dalam dan digemari oleh masyarakat sekitar. Permainan perkembangan kemudian dinamakan olahraga ini dilakukan dan digemari mulai dari anak-anak tradisional yang menjadi identitas komunitas sampai dengan dewasa, sesuai dengan karakter tersebut. Olahraga tradisional perlu permainan yang dipakai. Beberapa permainan dikembangkan demi ketahanan budaya rakyat yang sudah cukup dikenal oleh seluruh bangsa, bahwa kebudayaan merupakan nilai- lapisan masyarakat di Indonesia dan menjadi nilai luhur bagi bangsa Indonesia, untuk olahraga tradisional adalah seperti egrang, diketahui dan dihayati tata cara kehidupannya terompah panjang, patok lele, gobak sodor sejak dahulu, saat ini dan untuk masa yang (hadang), sumpitan, gebuk bantal, gasing, lari akan datang. Selain itu olahraga tradisional balok, tarik tambang, benteng, dagongan, panjat merupakan salah satu aspek yang perlu pohon pinang, sepak raga, lomba perahu, lompat mendapatkan prioritas utama untuk batu nias, karapan sapi, dan lain-lain.

Dispora.Jatimprov (2018:07)

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian adalah metode yang digunakan untuk mendekati permasalahan yang diteliti hingga dapat menjelaskan dan membahas permasalahan secara tepat (Suharsimi Arikunto, 2006:25). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei, dengan cara survei tes, dimana dalam meneliti suatu obyek guna mendapatkan gambaran secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta sifat, serta hubungan atas kejadian yang diteliti (Nazir, 2009:26).

B. Kehadiran Peneliti

Kehadiran peneliti dalam hal ini sangatlah penting dan utama. Hal ini seperti yang dikatakan Sugiyono(2019) Kehadiran peneliti dalam penelitian sangat penting karena peneliti, baik sendiri maupun dengan bantuan orang lain, berfungsi sebagai instrument pengumpulan data. Penelitian kualitatif sering sebagai penelitian naturalistic karena dilakukan pada kondisi alamiah, dan peneliti adalah instrumen kunci. Kehadiran peneliti sangat penting untuk mengamati fenomena secara langsung dan mengumpulkan data melalui metode seperti

wawancara mendalam dan dokumentasi. Peran peneliti juga melibatkan validasi pemahaman mereka terhadap metode penelitian dan area subjek. Oleh karena itu, kehadiran peneliti dalam penelitian kualitatif sangat penting untuk memastikan kualitas dan validitas penelitian.

C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Patung Kecamatan Paku Kabupaten Barito Timur. Lokasi ini layak menjadi lokasi penelitian karena di lihat dari segi kedalaman sungai dan kejernihan sungai yang memungkinkan untuk pengambilan data.

D. Sumber Data

Sumber data yang dimaksud dalam penelitian ini adalah subjek dari mana data tersebut dapat diperoleh dan memiliki informasi kejelasan tentang bagaimana mengambil data tersebut dan bagaimana data tersebut diolah.

Menurut Sugiyono (2018:456), sumber data terbagi menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, sedangkan data sekunder adalah sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen.

E. Prosedur Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah yang paling utama dalam proses penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah :

1. Observasi

Melakukan observasi langsung terhadap kasus yang diteliti untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang konteks dan perilaku yang terjadi

2. Dokumentasi

Dokumentasi adalah salah satu metode pengumpulan data dengan melihat atau menganalisis dokumen-dokumen yang dibuat oleh subjek sendiri atau orang lain tentang subjek. Pengumpulan data ini didapat secara langsung melalui responden.

F. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan secara induktif, penafsirannya berlaku khusus, karena adanya batas yang ditentukan oleh fokus. Analisis itu sendiri dilakukan sejak awal penelitian yang bisa saja dilakukan secara partisipasi tanpa mengganggu jalannya penelitian, oleh karena

itu, Teknik analisis data yang digunakan adalah tematik. Pengelolaan data dilakukan secara bertahap. Kegiatan analisis data dalam penelitian ini yang digunakan oleh peneliti adalah membaca, mengamati, dan memahami serta mempelajari seluruh data yang sudah terkumpul yang didapat dari hasil kegiatan wawancara, observasi, 43 dokumentasi, dan studi pustaka. Data yang terkumpul dari pengamatan lapangan dan disusun secara sistematis, rapi, tahap berikutnya adalah tahap menganalisis. Pada tahapan analisis data terbagi atas beberapa tahapan yaitu reduksi data, penyajian data, dan menarik kesimpulan.

G. Pengecekan Keabsahan Data

Pengecekan keabsahan data dalam penelitian studi kasus sangat penting untuk memastikan keakuratan dan keandalan data yang digunakan dalam penelitian. Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian studi kasus meliputi uji kredibilitas, transferabilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas.

Uji kredibilitas dapat dilakukan dengan perpanjangan pengamatan, meningkatkan ketekunan, dan melakukan triangulasi penyidik. Triangulasi juga dapat dilakukan dengan memeriksa data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Selain itu, teknik sederhana lainnya adalah mengadakan membercheck untuk

mengetahui seberapa jauh data yang diperoleh dimana data yang diperoleh masih merupakan sesuai dengan apa yang diberikan oleh data mentah, sehingga perlu untuk diseleksi. pemberi data. Sebelum melakukan analisis Reduksi data ini berlanjut terus hingga sesudah data, data harus diperiksa terlebih dahulu penelitian lapangan, sampai laporan akhir lengkap untuk memastikan kebenaran dan kevalidan tersusun. Reduksi data dapat diartikan sebagai data. Proses analisis data sendiri dilakukan proses pemilihan, pemusatan perhatian pada dengan cara mengatur, mengelompokkan, penyederhanaan, pengabstrakan, dan sebagai mengurutkan, memberi kode, serta transformasi data kasar yang muncul dari catatan-mengategorikannya sesuai dengan catatan tertulis di lapangan. pengelompokkan tertentu.

H. Tahap-Tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian pada pendekatan studi kasus meliputi beberapa langkah penting yang harus diperhatikan oleh peneliti. Berikut adalah tahap-tahap penelitian pada penelitian ini :

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan bagian dari analisis yaitu sebagai proses pemilihan data, dimana data yang diperoleh dari lapangan merupakan data kasar dan masih mentah. Selama proses pengumpulan data berlangsung terjadilah suatu tahapan yaitu reduksi yang selanjutnya dibuat seperti ringkasan, menelusuri tema, dan mencatat kejadian di lapangan. Reduksi data ini yang sebenarnya merupakan kegiatan untuk menyeleksi data

Reduksi data bukanlah suatu kegiatan yang terpisah dari analisis, dimana reduksi data merupakan bagian analisis yang merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan atau mengelompokkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu. Tema penelitian harus unik dan relevan dengan konteks penelitian. Peneliti harus memilih tema yang sesuai dengan latar belakang dan objektif penelitian.

2. Penyajian Data

Alur kegiatan kedua dari kegiatan analisis data adalah penyajian data yang digunakan untuk menyampaikan suatu informasi yang telah diperoleh di lapangan, disusun secara sistematis, baik dan runtut. Pengolahan Data.

Penyajian data yang baik adalah mudah dilihat, dibaca dan dipahami tentang apa yang

sedang terjadi dan tindakan apa yang akan dilakukan selanjutnya. Penyajian data yang digunakan metode kualitatif adalah dalam bentuk teks deskriptif.

3. Menarik Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini tergantung pada kelengkapan pengumpulan data dilapangan lewat catatan, pengarsipan, penyimpanan dan penggunaan metode pendataan ulang yang digunakan. Analisis data yang dilakukan adalah sebagai suatu proses untuk mengatur urutan data, pengorganisasikannya kedalam suatu pola atau bentuk, kategori dan satuan uraian dasar. Pembuatan kesimpulan dalam analisis data harus cepat dilakukan, karena analisis data memerlukan pemusatan perhatian dan pikiran, sehingga akan didapatkan hasil yang baik. Setelah menganalisis data, peneliti harus memberikan pembahasan hasil penelitian dalam bentuk catatan, artikel, atau buku.

Pembahasan hasil harus jelas, konsisten, dan mendukung pada data yang diperoleh

Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian, karena analisis data dapat memberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah

penelitian kemudian data yang diperoleh kemudian dianalisis. Analisis data menurut Sugiyono (334:2012) menyatakan bahwa “analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.”

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis gerak menombak berdasarkan tahap-tahap gerakan nariuknya.

HASIL PENELITIAN

1. Posisi tubuh berdiri di atas sebuah batang dengan kepala sedikit menunduk
2. Posisi kaki yang sejajar dengan batang dan posisi pinggang serong ke samping
3. Sikap siap dengan kedua tangan memegang tariuk
4. Mengambil Posisi tangan kanan di bawah dan tangan kiri di atas

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Pandangan tetap menghadap air2. Kemudian tangan kiri di tarik kebelakang3. Posisi bahu mengikuti hingga ke sisi belakang4. Tangan kanan memegang bagian bawah tariuk |
|--|

5. Posisi kepala menunduk	Pada Gerakan ini sudut yang terbentuk pada siku bagian kiiri adalah 84°, dan pada siku bagian kanan adalah 165°
6. Sebagai penyeimbang tubuh Posisi kaki sejajar dengan batang	
7. Siap untuk melakukan tombakan	

a. Gerak yang terjadi

8. Saat Melakukan tombakan kepala sedikit menunduk	<table border="1"> <thead> <tr> <th>No.</th> <th>Gerak</th> <th>Tulang</th> <th>Otot</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>Fase Awala n</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Fleksi pada tangan</td> <td> 1. Carpus 2. Metacarpus 3. Phalanges </td> <td> 1. Dorsal interosseous 2. Abductor digiti </td> </tr> <tr> <td></td> <td>Fleksi pada lengan bawah</td> <td> 1. Radius 2. Ulna 3. Flexor digitorum 4. Sytolid process 5. Spinator </td> <td> 1. Flexor carpi ulnaris 2. Anconeus 3. Exstensor carpi 4. Exstensor carpi radialis 5. Abductor pollicis longus </td> </tr> </tbody> </table>	No.	Gerak	Tulang	Otot		Fase Awala n				Fleksi pada tangan	1. Carpus 2. Metacarpus 3. Phalanges	1. Dorsal interosseous 2. Abductor digiti		Fleksi pada lengan bawah	1. Radius 2. Ulna 3. Flexor digitorum 4. Sytolid process 5. Spinator	1. Flexor carpi ulnaris 2. Anconeus 3. Exstensor carpi 4. Exstensor carpi radialis 5. Abductor pollicis longus
No.		Gerak	Tulang	Otot													
		Fase Awala n															
		Fleksi pada tangan	1. Carpus 2. Metacarpus 3. Phalanges	1. Dorsal interosseous 2. Abductor digiti													
	Fleksi pada lengan bawah	1. Radius 2. Ulna 3. Flexor digitorum 4. Sytolid process 5. Spinator	1. Flexor carpi ulnaris 2. Anconeus 3. Exstensor carpi 4. Exstensor carpi radialis 5. Abductor pollicis longus														
9. Saat melepas tombakan tangan kiri tetap pada posisinya																	
10. Saat tombakan dilepas tangan kiri tetap memegang batang tariuk																	
Pada Gerakan ini sudut yang terbentuk pada siku bagian kiri adalah 56° dan pada siku bagian kanan adalah 171°																	
Fase Menombak																	
Pada Gerakan ini sudut yang terbentuk pada siku bagian kiri adalah 143°, pada siku bagian kanan adalah 171° dan pada sendi bahu terbentuk sudut 112°																	

	Fleksi pada lengan atas	<ol style="list-style-type: none"> Humerus Humeralis 	<ol style="list-style-type: none"> Biceps Extensor Brachioradialis Deltoid Trapezius Infraspinatus 	<p>b. Analisis Mekanika Gerak</p> <ol style="list-style-type: none"> Awalan Posisi siap untuk menjaga keseimbangan tubuh, titik berat berada pada pinggul. Posisi awal saat memegang tariuk dengan kedua tangan, bagian siku melakukan Fleksi
	Ekstensi pada lengan atas	<ol style="list-style-type: none"> Humerus Humeralis Scapula Clavicula 	<ol style="list-style-type: none"> Triceps Biceps Trapezius Infraspinatus Teres Brachioradialis Deltoid Latissimus 	<ol style="list-style-type: none"> Menombak Ekstensi pada siku bagian kanan, menjaga keseimbangan meluncurnya tariuk. <p>PEMBAHASAN PENELITIAN</p> <p>1. Pengertian Nariuk Secara Umum</p> <p>Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Tradisi Nariuk adalah suatu tradisi mencari ikan dengan Teknik menombak menggunakan tombak diatas sebuah rakit, pelampung, dan batang pohon atau kayu-kayu yang berada di dalam air untuk tempat berpijak. Tradisi ini berasal dari daerah Barito Kalimantan Tengah. Tradisi ini dilaksanakan pada saat musim kemarau tiba, pada saat air mulai surut dan hanya tersisa pada titik terdalam yaitu lubuk sungai. Pada saat itu ikan akan berkumpul pada lubuk tersebut sehingga mudah untuk ditariuk karena keberadaan ikan berkumpul pada lokasi yang tidak terlalu besar. Dalam menariuk peralatan yang dibutuhkan adalah tombak yang dinamakan Tariuk</p>
1	Fleksi pada tangan	<ol style="list-style-type: none"> Carpus Metacarpus Phalanges 	<ol style="list-style-type: none"> Dorsalis interossea abductor digiti 	

dengan Panjang 4-9 meter dengan mata tombak yang tajam terbuat dari besi serta gagangnya terbuat dari bambu atau kayu.

Nariuk biasanya menggunakan media pelampung untuk dapat mengapung di atas permukaan air, dapat juga menggunakan sebuah batang yang sudah lama tumbang yang jatuh melintasi lubang sungai, tergantung kondisi dari lokasi nariuk tersebut. Untuk penggunaan pelampung seseorang dapat bergerak menyusuri lubang atau area-area yang diinginkan, sedangkan penggunaan media batang seseorang hanya dapat melakukan nariuk pada area batang tersebut. Mochamad Ishak, Sony Hasmarita, Ani Pristiawati / Jurnal Olahraga 5 (2) (2019) Media memiliki multi makna, baik dilihat secara terbatas maupun secara luas. Munculnya berbagai macam definisi disebabkan adanya perbedaan dalam sudut pandang, maksud, dan tujuannya.

Pada saat penelitian dilapangan penggunaan media yang dilakukan yaitu media batang sehingga seseorang berdiri di atas batang tersebut untuk melakukan Gerakan nariuk. Pada saat berdiri di media batang seseorang harus menjaga keseimbangan tubuh dari gelombang air.

2. Teknik Dasar Yang Benar pada Gerakan Nariuk

Sikap awalan yaitu sikap dari rangkaian gerak nariuk yang dilakukan seseorang untuk menempatkan kaki dan juga menyeimbangkan tubuh ketika posisi tangan sudah siap untuk melakukan tombakan. Sikap awal yang dilakukan subjek adalah dari posisi berdiri di atas sebuah batang dan kedua tangan memegang tombak bersiap untuk melakukan tombakan. Tujuan utama dari berdiri di atas sebuah batang adalah untuk menyediakan dukungan bagi posisi badan yang benar. Rubianto Hadi (2007:50) menambahkan keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (static balance) atau pada saat melakukan gerakan (dynamic balance). Sudut yang terjadi pada saat melakukan Gerakan awalan adalah pada siku bagian kiri adalah 56° dan pada siku bagian kanan adalah 171° . Gerak yang terjadi pada awalan adalah bagian siku melakukan Fleksi.

Sikap menombak, dalam Gerakan ini pinggul dan kaki bekerja sebagai komponen penyeimbang sedangkan tangan sebagai sebagai factor yang melakukan gerak sudut. Tahap ini dipengaruhi oleh Gerakan menombak, pada saat akan menombak sampel membuat kemiringan sudut

143° pada siku bagian kiri dan 171° pada siku bagian kanan dan 112° terjadi pada sendi bahu, kemudian saat melepaskan tombakan terbentuk sudut 84° pada siku bagian kiri dan 165° pada siku bagian kanan dan hasil dari tombakan tersebut menjadikan sampel melakukan tombakan kedalam air dan dapat menyelesaikan gerakan yang dilakukan.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Tradisi Nariuk adalah suatu tradisi mencari ikan dengan Teknik menombak menggunakan tombak diatas sebuah rakit, pelampung, dan batang pohon atau kayu-kayu yang berada di dalam air untuk tempat berpijak. Tradisi ini berasal dari daerah Barito Kalimantan Tengah.
2. Hasil analisis gerak pada tradisi nariuk masuk dalam kriteria sesuai dengan menganalisis dari sikap awalan dan sikap menombak. Sehingga dapat dilihat bahwa factor penggerak tubuh sangat berperan penting dalam terjadinya gerak.
3. Gerak lurus beraturan pada nariuk dapat disimpulkan sebagai gerak parabola, yaitu gerak yang merupakan kombinasi antara gerak lurus beraturan (GLB) pada

arah horizontal dengan gerak lurus berubah beraturan (GLBB) pada arah vertical.

menyebabkan seseorang merasa marah dan frustras. Adapun strategi yang dimiliki oleh siswa ketika dalam bermain mereka merasasedih, marah ,stress dan frustrasi yaitu dengan cara mencari hiburan, berhenti bermain game, melakukan aktivitas yang membuat emosional mereka turun.

Saran

1. Bagi peneliti agar lebih memperhitungkan dan memperbaiki keterbatasan pada penelitian ini untuk mendapatkan hasil yang lebih baik.
 2. Bagi pelaku penelitian agar memperhatikan dan memperdalam pengetahuan tentang tradisi nariuk, terutama pada gerakan nariuk diharapkan agar memperhatikan Gerakan-gerakan yang sesuai.
- Bagi masyarakat desa Patung agar tidak meninggalkan warisan budaya nenek moyang dan selalu melestarikannya sehingga kebiasaan yang berawal dari budaya dapat menjadi suatu kegiatan olahraga di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Irfan, Andi Alim dan Asriani Minarti S. (2022) Pengenalan Olahraga Panahan Untuk Siswa Sekolah Dasar Abdurahman Bin Auf.
- Ardiwinata A.A, Suherman, & Dinata, M. (2006). Kumpulan permainan rakyat olahraga tradisional. Tangerang: Penerbit Cerdas Jaya.
- Ayu Maesaroh <https://organisasi.co.id/olahraga-tradisional-pengertian-tujuan-hingga-sejarah/> diakses 14 maret 2023
- Azwar, S. 2017. *Metode Penelitian Psikologi.*: Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Dispora Provinsi Jawa Timur. <https://dispora.jatimprov.go.id/2018/07/olahraga-tradisional/#:~:text=Olahraga%20tradisional%20merupakan%20permainan%20asli,memiliki%20unsur%20olah%20fisik%20tradisional.> Diakses 14 maret 2023
- Giriwijoyo, H.Y.S. Santosa. (2017). *Fisiologi Kerja dan Olahraga : Fungsi Tubuh Manusia pada Kerja dan Olahraga* (ed. 1, Cetakan ke- 1).Rajawali Pers. Jakarta
- Guyton, A. C., Hall, J. E., 2014. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 12. EGC, 1022. Jakarta
- Harrow (1972:24). <https://digilib.unila.ac.id/12959/15/BAB%20II.pdf>
- Harsono. (2007). Epilepsi. Yogyakarta:Gajah Mada University Press.
- M. Deden Syaifulloh dan Rachmi Marsheilla Agus. (2021) Analisis Peningkatan Gerak Dasar Dalam Permainan Kasti.
- Malo, A.S . 2022 . *Festival Nariuk: Melestarikan Cara Berburu Ikan Secara Tradisional Khas Dayak Maanyan*. URL : <https://www.borneonews.co.id/berita/272678-festival-nariuk-melestarikan-cara-berburu-ikan-secara-tradisional-khas-dayak-maanyan> Diakses Tanggal 11 Februari 2024.
- Milles dan Huberman, Analisis Data Kualitatif, Jakarta: Universitas Indonesia Press, 1992, hlm. 16.
- Parwata Yoga M.I, 2021 *Pembelajaran gerak dalam pendidikan jasmani dari perspektif merdeka belajar*. URL <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/ijed/article/download/1250/1006%23:~:> Diakses Tanggal 18 Februari 2024
- Pemerintah Indonesia . 2022. *Undang-undang (UU) tentang Keolahragaan*. URL : <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/203148/uu-no-11-tahun-2022> . Diakses pada 23 februari 2023.
- Prastya,Ade Hindhu dan Gede Hendri Ari Susila. 2019. Pemetaan Potensi Olahraga Rekreasi di Kabupaten Buleleng Bali. *Jurnal Penjakora*. 6 (2) :127-132
- Rosdiani, D. (2012). Dinamika olahraga dan pengembangan nilai. Bandung: Alfabeta.
- Sudardiyono, dkk. *Permainan tradisional merupakan wahana peningkatan kemampuan motorik siswa taman kanak-kanak dan sebagai usaha untuk melestarikan tinggalan leluhur bangsa*. URL : <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132308487/pengabdian/PPM%202020.pdf> . Diakses tanggal 23 Februari 2024.
- Sugiyanto. 2004. Belajar Gerak. Jakarta : KONI Pusat.
- Wipradana, IBK. 2021. *Waktu luang adalah waktu dimana orang bebas dari pekerjaan rutin*. URL : <https://repo.undiksha.ac.id/5150/4/1616011067-BAB%201%20PENDAHULUAN.pdf> . Diakses tanggal 02 Februari 2024.