

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar

¹Achmad Rifai✉, ²Andini Dwi Intani

¹²Universitas Islam 45 Bekasi

¹achmad.rifai13051991@gmail.com, ²andiniintani@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan gerak dasar siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan *Randomize Pretest-Posttest Control Group Design*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas IV SDN 4 Karangpawitan. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik *cluster random sampling* sehingga jumlahnya ada 60 orang. Instrument yang digunakan adalah tes *motor ability*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, 1) Terdapat pengaruh yang signifikan permainan tradisional terhadap kemampuan gerak dasar siswa; 2) Terdapat pengaruh yang signifikan pembelajaran konvensional terhadap kemampuan gerak dasar siswa; 3) Terdapat perbedaan pengaruh permainan tradisional dengan pembelajaran konvensional terhadap kemampuan gerak dasar siswa.

Kata Kunci: *Permainan Tradisional, Gerak Dasar*

ABSTRAC

This study aims to determine the effect of traditional games on students' basic movement skills. The research method used was an experimental method with a randomize pretest-posttest control group design. The study population was all fourth grade students of SDN 4 Karangpawitan. The sample in this study was taken using cluster random sampling technique so that there were 60 people. The instrument used was the motor ability test. The results showed that, 1) There was a significant effect of traditional games on students' basic movement skills; 2) There is a significant effect of conventional learning on students' basic motor skills; 3) There are differences in the influence of traditional games and conventional learning on students' basic movement skills.

Keyword: *Traditional Games, Fundamental Skill*

Alamat Korespondensi: Universitas Islam 45 Bekasi

✉ Email: achmad.rifai13051991@gmail.com

© 2020 STKIP Pasundan

ISSN 2721-5660 (Cetak)

ISSN 2722-1202 (Online)

PENDAHULUAN

Aktivitas pendidikan dapat dilakukan dalam lingkungan sekolah, masyarakat maupun keluarga. Dalam lingkungan sekolah, aktivitas dapat dilakukan dalam kegiatan di kelas maupun di lapangan. Kegiatan aktivitas dikelas dapat berupa tanya jawab yang dilakukan siswa kepada guru, maupun siswa kepada siswa yang lainnya. Sedangkan kegiatan belajar yang dilakukan di lapangan dapat dilakukan melalui aktivitas tanya jawab ditambah dengan aktivitas gerak, tetapi yang lebih banyak menggunakan aktivitas gerak adalah pelajaran penjas. Penjas merupakan mata pelajaran yang di dalamnya terdapat banyak sekali aktivitas fisik, yang tentunya sangat bermanfaat bagi hidup. Ditegaskan oleh Ennis (2010:17) mengemukakan *“As I have talked with physical educators in the United States and around the world about the goals for physical education, most agree that physical education should prepare students to participate in physical activity for a life time”*. Artinya bahwa guru penjas di Amerika bahkan seluruh dunia setuju bahwa pendidikan jasmani akan mempersiapkan siswa untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik selama hidupnya.

Lutan dalam Rukmana (2008:2) mengatakan pada hakikatnya, pendidikan jasmani adalah sebagai proses pendidikan via gerak insane (*human movement*) yang dapat berupa aktivitas jasmani, permainan atau olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan. Dalam kurikulum Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar menurut Anwar (2005:48) disebutkan bahwa, “Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional”.

Pembelajaran penjas yang diberikan kepada siswa haruslah dirancang sedemikian rupa, agar mudah diserap oleh siswa dan harus melihat karakteristik siswa, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal dan tepat sasaran. Karena terdapat faktor yang memengaruhi keberhasilan proses belajar mengajar pendidikan jasmani, yaitu intern dan ekstern. Faktor intern meliputi kondisi fisiologis, psikologis, kecerdasan dan kematangan. Sedangkan faktor ekstern meliputi lingkungan alam dan sosial, seperti keluarga, masyarakat dan sekolah (Sobarna, Hambali, & Koswara, 2020). Oleh karena itu, guru harus memperhatikan hal-hal tersebut dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Kenyataan di lapangan, terkadang seorang guru memberikan suatu materi pembelajaran penjas lebih menekankan kepada teknik, yang mana disaat anak mengalami atau menghadapi kegagalan dalam setiap aktivitasnya dapat berdampak negatif, anak akan merasa frustrasi dan tidak ingin melakukan aktivitas olahraga lagi. Maka dengan hal ini seorang guru harus memahami tentang karakteristik anak didiknya. Dengan pemberian materi yang sesuai dengan keadaan siswa dan karakteristik anak, maka berikanlah materi mulai dengan gerakan yang sederhana misalnya seperti gerak dasar yaitu berjalan, berlari, melompat, melempar, menangkap, memukul dengan diberikan variasi-variasi dengan permainan. Sehingga diharapkan anak dapat memiliki gerak dasar yang baik untuk modal kelak

anak menghadapi pembelajaran yang lebih sulit lagi, karena telah memiliki kemampuan gerak dasar yang baik.

Kemampuan gerak adalah ciri umum atau kemampuan individual yang mendasari penampilan dalam berbagai keterampilan gerak. Mahendra (2007) kemampuan gerak tubuh merupakan aktivitas psikomotor. Akibat psikomotor berorientasi pada gerak tubuh dan menekankan pada respon-respon fisik atau perilaku gerak tubuh yang dapat dilihat. Ini mengandung arti bahwa setiap aktivitas jasmani atau gerak tubuh akan berjalan dengan baik jika para peserta memiliki kemampuan gerak yang memadai. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kemampuan gerak adalah suatu kemampuan yang diperoleh atau tingkat kemampuan gerak seseorang dalam mempelajari suatu gerakan secara kualitas dan kuantitas yang baik.

Permainan tradisional merupakan warisan leluhur dan tradisi budaya. Hampir di setiap daerah di Indonesia mempunyai ciri khas olahraga permainan tradisional. Danandjaja dalam Misbach (2006:6) mengatakan “Jika dilihat dari akar katanya, permainan tradisional tidak lain adalah kegiatan yang diatur oleh suatu peraturan permainan yang merupakan pewarisan dari generasi terdahulu yang dilakukan manusia (anak-anak) dengan tujuan mendapat kegembiraan”. Sedangkan menurut Soepandi, dkk dalam Misbach (2006:6) yang disebut permainan adalah perbuatan untuk menghibur hati baik yang mempergunakan alat ataupun tidak mempergunakan alat. Sedangkan yang dimaksud tradisional ialah segala apa yang dituturkan atau diwariskan secara turun temurun dari orang tua atau nenek moyang.

Dengan masuknya teknologi yang canggih, tidak menutup kemungkinan olahraga permainan tradisional ini akan punah apabila tidak dilestarikan oleh penerus bangsa sendiri. Dalam olahraga tradisional itu sendiri mengandung nilai-nilai sosial dan nilai gerak yang sangat berguna bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Ditegaskan oleh Dharmamulya, dkk (2008:28). mengemukakan bahwa: “Realitas perubahan-perubahan yang terjadi pada fenomena permainan tradisional anak di Jawa, dan mungkin di Indonesia pada umumnya, paling tidak terdapat tiga pola perubahan, yaitu (1) menurunnya popularitas jenis-jenis permainan tradisional tertentu; (2) munculnya jenis-jenis permainan anak tertentu; dan (3) masuknya jenis-jenis permainan baru yang modern.” Selain itu juga faktor pengaruh lainnya adalah masuknya pesawat TV ke daerah-daerah pedesaan, juga keterbatasan lahan bermain anak-anak remaja lebih suka pergi bekerja di kota, sehingga tidak banyak lagi anak-anak mementaskan permainan tradisional.

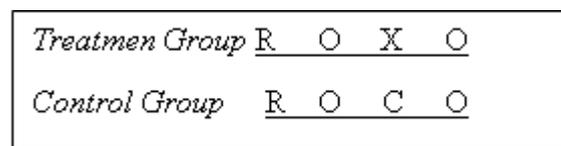
Permainan tradisional ini memberikan suatu permainan yang tidak kalah sangat seru dengan permainan modern, tetapi permainan ini dapat juga melatih berimajinasi, berfikir, dan gerakannya secara tidak disadari sangat memerlukan suatu tenaga atau kebugaran yang baik dan aktivitas gerak dasar yang baik pula. Misalnya dalam permainan Bebetengan, Kasti, Galah Asin dan Galah Jidar diperlukan suatu kemampuan gerak dasar yang baik, seperti melempar,

menangkap, melompat, kekuatan, keseimbangan, kecepatan dan kelincahan. Dalam penelitian ini peneliti lebih menekankan pada permainan tradisional seperti Bebentengan, Galah Asin, Kasti dan Galah Jidar karena aktivitas di dalamnya sesuai dengan alat ukur gerak dasar yaitu Lari 30 meter, Shuttle Run 4x10 meter, Stork Stand dan Lempar Tangkap 1 meter ke tembok (Nurhasan dan Cholil, 2007:135-137).

Dengan pola pembelajaran permainan tradisional yang menyenangkan, tanpa adanya tuntutan tugas gerak yang kompleks dan menjenuhkan, serta kaya akan gerak yang bermakna dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk merasakan kesuksesan dari apa yang dilakukannya maka hal tersebut dapat memberikan efek positif terhadap perkembangan gerak dasar siswa.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode eksperimen dengan desain *Randomize Pretest-Posttest Control Group Design*. Menurut Freankle dkk, (2012:272) pada desain *Randomize Pretest-Posttest Control Group Design* dua kelompok subjek diukur atau diamati dua kali. Gambarnya adalah sebagai berikut:



Gambar 1. *The Randomize Pretest-Posttest Control Group Design*
(Sumber: Freankle dkk, (2012:272))

Keterangan:

R = Random (Penetapan secara acak pada kelas IV yang dipilih secara random)

O = Observasi atau pengukuran

X = Eksperimen (Bebentengan, Galah Asin, Kasti dan Galah Jidar)

C = Kontrol (Atletik, Sepak Bola, Bola Voli, Senam Lantai)

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SDN Karangpawitan 4 kelas IV yang terdiri dari 3 kelas yaitu A, B dan C dengan jumlah keseluruhannya adalah 104 orang. Sampel pada penelitian ini terdiri dari satu kelompok eksperimen dan satu kelompok kontrol yang didapat dari tiga kelas hasil dari *cluster random sampling* yang dilakukan sebelumnya dengan jumlah 60 orang, 30 orang untuk kelompok eksperimen dan 30 orang untuk kelompok kontrol.

Instrumen yang digunakan adalah Tes *Motor Ability* untuk siswa Sekolah Dasar. Tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87 (Nurhasan dan Cholil, 2007:135-137). Tesnya sebagai berikut:

- a. Tes Shuttle Run 4 x 10 meter
- b. Tes Lempar Tangkap Bola jarak 1 meter ke tembok
- c. Tes Stork Stand Positional Balance
- d. Tes Lari cepat 30 meter

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data

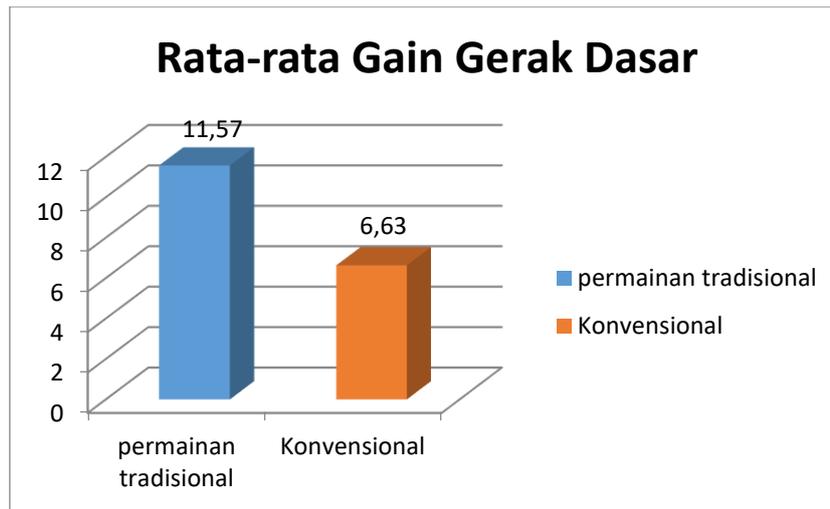
Deskripsi data perolehan skor gerak dasar siswa yang menggunakan pembelajaran permainan tradisional dan pembelajaran konvensional dapat dilihat pada Tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Deskripsi Data Gerak Dasar Siswa

Tes	Perlakuan (model)	N	Jumlah	Rata-rata	Simpangan baku
<i>Pre test</i>	Permainan Tradisional	30	5808	193,6	26,04
<i>Post test</i>	Permainan Tradisional	30	6155	205,17	29,29
<i>Pre test</i>	Konvensional	30	5899	196,63	12,99
<i>Post test</i>	Konvensional	30	6098	203,27	12,87
<i>Peningkatan</i>	Permainan Tradisional	30	347	11,57	7,89
<i>Peningkatan</i>	Konvensional	30	199	6,63	5,19

Berdasarkan Tabel di atas skor gerak dasar pada kelompok eksperimen permainan tradisional memiliki rerata *pre-test* 193,6, sedangkan untuk *post-test* memiliki rerata 205,17. Pada kelompok pembelajaran konvensional *pre-test* menunjukkan skor rerata sebesar 196,63 sedangkan untuk *post-test* 203,27. Kemudian dilihat dari skor peningkatan untuk kelompok eksperimen rerata 11,57 sedangkan pada kelompok konvensional rerata 6,63.

Berikut ini diagram rata-rata peningkatan gerak dasar dari kelompok permainan tradisional dengan kelompok pembelajaran konvensional:



Gambar 2. Diagram Hasil Penghitungan Rata-rata Peningkatan Gerak Dasar

1. Analisis Data Hasil Penelitian

a. Uji Normalitas Tes Gerak Dasar dan Self Esteem

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 16. Kriteria sampel berdistribusi normal apabila P-value > 0,05. Berikut data hasil analisis uji normalitas:

Tabel 2. Uji Normalitas Gerak Dasar

Pembelajaran	Tes	Shapiro-Wilk			Keterangan
		Statistik	df	Signifikan	
Permainan Tradisional	Awal (<i>pre-test</i>)	.966	30	.442	Normal
	Akhir (<i>post-test</i>)	.970	30	.546	Normal
	Peningkatan	.888	30	.004	Tidak Normal
Konvensional	Awal (<i>pre-test</i>)	.988	30	.973	Normal
	Akhir (<i>post-test</i>)	.980	30	.833	Normal
	Peningkatan	.924	30	.035	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji analisis normalitas pada tabel di atas diketahui bahwa ada data P-value < 0,05, sehingga data tersebut dinyatakan tidak normal. Dengan demikian, pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji nonparametrik.

b. Uji Homogenitas

Proses penghitungan uji homogenitas pada penelitian ini menggunakan SPSS versi 16. Kriteria uji homogenitas terpenuhi apabila nilai P-value > 0,05. Hasilnya dapat dilihat pada Tabel berikut:

Tabel 3. Uji Homogenitas Gerak Dasar

Based on Mean	Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Keterangan
Permainan Tradisional	15.180	1	58	.000	Tidak Homogen
Konvensional	14.839	1	58	.000	Tidak Homogen
Peningkatan	1.938	1	58	.169	Homogen

Berdasarkan tabel di atas data tersebut terdapat nilai signifikansi yang dibawah $\alpha = 0,05$. Dengan demikian data tersebut tidak homogen.

c. Pengujian Hipotesis

1) Analisis *Two Related Sample Tests* (uji beda dua sampel berpasangan)

Berikut ini disajikan analisis Uji *Two Related Sample tests* gerak dasar kelompok eksperimen yang menggunakan permainan tradisional, dapat di lihat pada Tabel berikut:

Tabel 4. Analisis *Two Related Sample Test* Gerak Dasar

	Post Test Ekperimen Gerak Dasar - Pre Test Eksperimen Gerak Dasar
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Tabel 5. Analisis *Two Related tests* Gerak Dasar

	Post Test Kontrol Gerak Dasar - Pretest Kontrol Gerak Dasar
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Terlihat pada hasil uji *Two Related Sample tests* pada data *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol yang menggunakan pembelajaran tradisional dan pembelajaran konvensional menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena signifikansi pada data *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dan kontrol $< 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran tradisional dan konvensional terhadap pengembangan gerak dasar siswa sekolah dasar dalam pembelajaran penjas.

2) Analisis *Two Independent Sample Tests*

Hasil penjabaran hasil data *Independent Sample t-test* Peningkatan Gerak Dasar yang keduanya mendapat perlakuan model pembelajaran yang berbeda, dapat di lihat pada Tabel berikut ini:

Tabel 6. Analisis *Independent Sample t-test* Peningkatan Gerak Dasar

	GERAK DASAR
Mann-Whitney U	267.500
Wilcoxon W	732.500
Z	-2.703
Asymp. Sig. (2-tailed)	.007

Berdasarkan table di atas, dapat dilihat bahwa signifikansi (*Asymp Sig*) adalah 0,007 untuk *Independent Sample t-test* Peningkatan Gerak Dasar. Karena signifikansi $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan permainan tradisional dengan pembelajaran konvensional terhadap pengembangan gerak dasar siswa dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar.

2. Permainan Tradisional Berpengaruh Terhadap Kemampuan Gerak Dasar

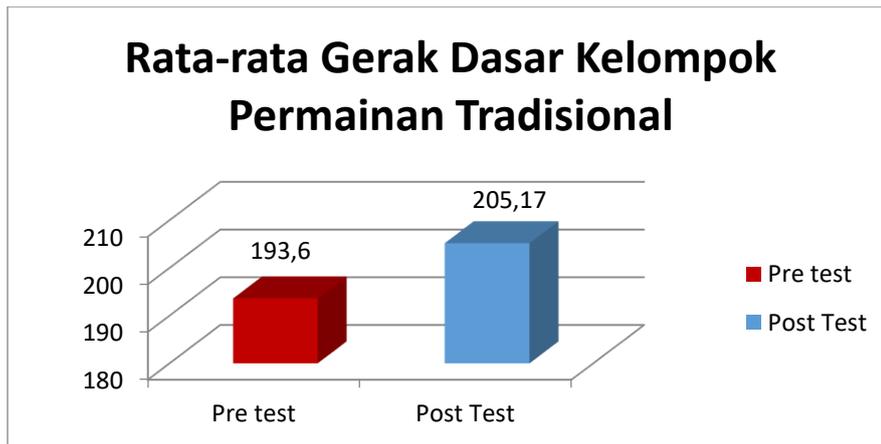
Dasar pengujian hipotesis statistik:

- Jika signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima
- Jika signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak

Berdasarkan penghitungan analisis *Two Related Sample Tests* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 Artinya nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,050$, maka diketahui bahwa dalam penelitian ini terdapat pengaruh permainan tradisional terhadap pengembangan gerak dasar siswa dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar. Seperti yang dapat dilihat pada lampiran dan dirangkum pada Tabel 11.

Tabel 7. Nilai Rata-rata Gerak Dasar Kelompok Permainan Tradisional

Tes	Perlakuan	N	Rata-rata
<i>Pre test</i>	Permainan Tradisional	30	193,6
<i>Post test</i>	Permainan Tradisional	30	205,17



Gambar 3. Diagram Rata-rata Gerak Dasar Kelompok Permainan Tradisional

3. Pembelajaran konvensional berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar

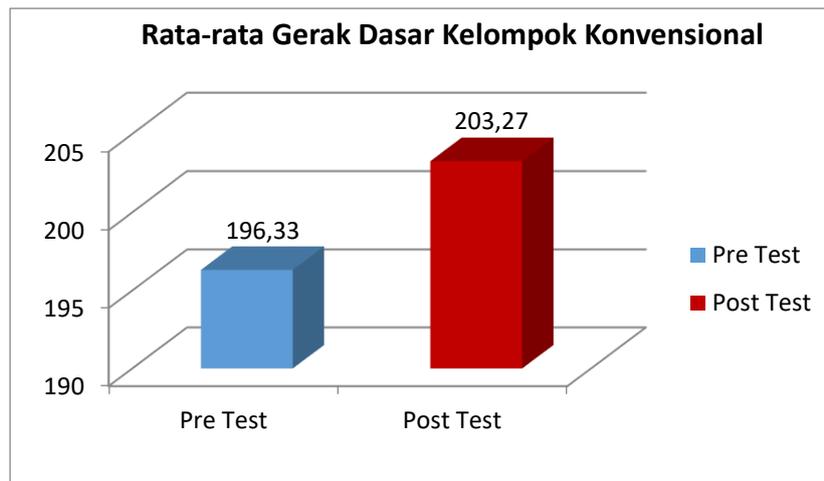
Dasar pengujian hipotesis statistik:

- Jika signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima
- Jika signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak

Berdasarkan penghitungan analisis *Two Independent Sample Tests* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 Artinya nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka diketahui bahwa dalam penelitian ini terdapat pengaruh pembelajaran konvensional terhadap pengembangan gerak dasar siswa dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar. Seperti yang dapat dilihat pada lampiran dan dirangkum pada Tabel berikut ini:

Tabel 8. Nilai Rata-rata Gerak Dasar Konvensional

Perlakuan	N	Rata-rata
Pre Test	30	196,63
Post Test	30	203,27



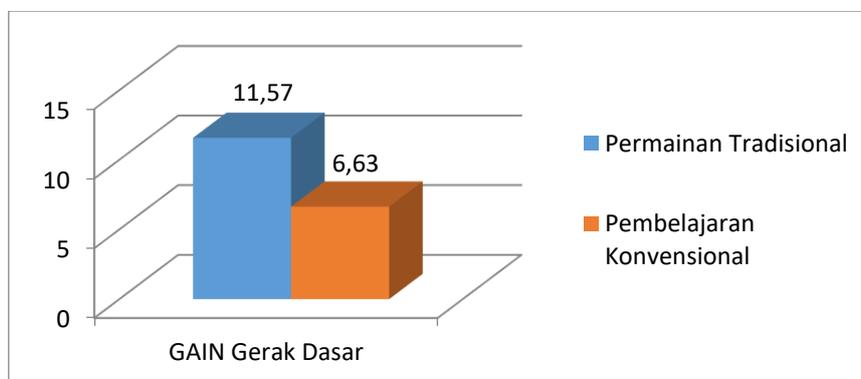
Gambar 4. Grafik Rata-rata Gerak Dasar Kelompok Konvensional

4. Perbedaan pembelajaran permainan tradisional dengan pembelajaran konvensional terhadap kemampuan gerak dasar

Dasar pengujian hipotesis statistik:

- Jika signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima
- Jika signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak

Berdasarkan penghitungan analisis *Two Independent Sample Tests* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 Artinya nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,050$, maka diketahui bahwa dalam penelitian ini terdapat perbedaan skor GAIN gerak dasar siswa yang diberikan pembelajaran permainan tradisional dengan pembelajaran konvensional dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar.



Gambar 5. Diagram Peningkatan Gerak Dasar

Untuk dapat mengetahui kriteria gerak dasar maka digunakan Panduan Acuan Norma (PAN) sehingga diperoleh data untuk gerak dasar tercantum pada Tabel dibawah ini:

Tabel 9. Kriteria Gerak Dasar Permainan Tradisional

Interval	Kategori	Frekuensi
244 - 268	Sangat Baik	2
218 - 243	Baik	9
192 - 217	Cukup	8
166 - 191	Kurang	9
140 - 165	Kurang Sekali	2

Berdasarkan data Tabel 4.16. maka kriteria gerak dasar permainan tradisional dengan nilai Sangat Baik dimiliki 2 orang siswa, nilai Baik 9 orang siswa, nilai Cukup 8 orang siswa, nilai Kurang 9 orang siswa dan nilai Kurang Sekali dimiliki 2 orang siswa.

Selanjutnya kriteria gerak dasar untuk pembelajaran konvensional tercantum pada Tabel berikut ini:

Tabel 10. Kriteria Gerak Dasar Pembelajaran Konvensional

Interval	Kategori	Frekuensi
218 > 229	Sangat Baik	3
206 - 217	Baik	12
194 - 205	Cukup	8
182 - 193	Kurang	6
170 - 181	Kurang Sekali	1

Berdasarkan data tabel di atas, maka kriteria gerak dasar pembelajaran konvensional dengan nilai Sangat Baik dimiliki 3 orang siswa, nilai Baik 12 orang siswa, nilai Cukup 8 orang siswa, nilai Kurang 6 orang siswa dan nilai Kurang Sekali dimiliki 1 orang siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang penulis teliti terbukti bahwa bahwa penggunaan media audio visual memberikan pengaruh terhadap keterampilan smash dalam permainan bulutangkis kelas IX-J di SMP Negeri 2 Dayeuhkolot Kabupaten Bandung.

DAFTAR PUSTAKA

Cendra, R., Gazali, N., & Dermawan, R. . (2019). Efektivitas media pembelajaran audio visual terhadap keterampilan teknik dasar bulu tangkis. *Jurnal Sportif*, v. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk>

- Gustiandaru, R. T. (2013). Pengaruh Penggunaan Audiovisual Terhadap Peningkatan Keterampilan Smash Dalam Permainan Bulutangkis Pada Siswa Kelas Xi SMA PGII 2 Bandung. *Repository.Upi.Edu*.
- Hambali, S. (2018). Penggunaan media modifikasi dalam pembelajaran s. *Jurnal Seeed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 1(1), 65–74.
- Juliantie, T., Subroto, T., & Yudiana, Y. (2012). *Belajar dan Pembelajaran PENJAS*. UPI Press.
- Muhson, A. (2010). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi. *Jurnal Pendidikan Akutansi Indonesia*, 8(2).
- Nurhasan. (2013). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. STKIP Pasundan.
- Setiawan, A. (2014). Penerapan media audio visual terhadap peningkatan teknik servis pendek backhand ekstrakurikuler bulutangkis siswa putera smp intan permata hati surabaya (Studi pada Siswa Putera SMP Intan Permata Hati Surabaya). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2.
- Sobarna, Akhmad. Aditya Prasetyo, dicky Gunawan, S. P. C. (2016). *Jurnal Olahraga. Penggunaan Media Ular Tangga Untuk Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket*, 2(2).
- Sobarna, A., Hambali, S., & Koswara, L. (2020). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Persepsi Siswa Terhadap Hasil Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Master Penjas Dan Olahraga*, 1(April), 1–11. Retrieved from <http://jmpo.stkipasundan.ac.id/index.php/jmpo/article/view/2/1>
- Subarjah, H. (2010). *Hasil belajar keterampilan bermain bulutangkis studi eksperimen pada siswa diklat bulutangkis fpok-upi*. 325–340.
- Sugiyono. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.